

姉ageha

お姉さんアゲハ

9月号 偶数月7日発売
2018年8月7日発売

ギャルでもない！おばさんでもない！
25歳以上のお姉さん世代のためのビューティ雑誌です♥

PRADAのバッグ
が抽選で当たります♥

"楽してキレイ"なわけじゃない！
私たちがお金と努力、
辛いダウンタイムを乗り越えて
学んだ美容メンテナンスのすべて。

美容メンテ
セキララBOOK♥

色々流行りはあったけど
今また**涙袋**が気になる！

これから先どう生きていくべきか議論する会♥

「その歳でその服着てるのヤバイよ」

「もう大人だし落ち着かなきゃ」

「周りの人と合わない気がする。
でもうまくやらなきゃ居場所がなくなっちゃう」

不倫、略奪、お金問題…
「死ぬかと思った」
瞬間からのピンチ脱出法♥

生きてりゃいいことばっかじゃない。
華やかに見えるかもしれないけど、それは私たちだって同じ。
私が私になるまでSTORY

それ、誰が決めたの？

人に嫌われる必要はないけど好かれる必要もない。
私たちが私たちらしく生きていくためのMy Ruleだけを信じて。



Halloween

sugar&JEWELS

"映え"確定♥今年のハロウィンは
みんなで楽しむおそろコーデが大正解！

Part01
ユニコーン
Unicorn

グリッターが今年っぽいユニコーンは、カラフルなチュールとレインボーのツノで、いつもとは違う自分になりきっちゃお♡ ユニコーンコスチューム
¥9,241 / sugar&JEWELS

models :
KANAE SUGIYAMA , RINA SAKURAI ,
YUUKA OBARA , SAYAKA ARAKI , YAYOI NEMOTO
hair&make : NOZAKI YUUKO , AYUMI MARUYAMA
photography : JIRO



Part02 ドールバニー
Doll Bunny

視線集中♡あざと可愛いうさぎコスプレは誰でも可愛くなれる魔法のコスチューム！トレンドのうさぎメイクと合わせても◎ドールバニーコスチューム ¥7,389 / sugar&JEWELS



Part03 ピンクシーエー
Pink CA

袖付きだから、露出度低めで取り入れやすいよ！ロングのウィッグと合わせればまるでお人形のよう！キャリーケースを持てば雰囲気◎ピンクシーエーコスチューム ¥7,389 / sugar&JEWELS

Part05 ピンクアーミー
Pink Army

ピンクのアーミー柄がカッコ可愛い！初心者の子は迷ったらコレを選べば間違いなしだよ♡盛り上がってきたらシャツを脱いでセクシーに遊ぶのもアリ◎ピンクアーミーコスチューム ¥8,315 / sugar&JEWELS





Part04 ブラックポリス
Black Police

ハード×キュートなポリスは、オールブラックだから引き締まって見えるのが嬉しい！　新しい自分を見つけられるかも♡ブラックポリスコスチューム ¥8,315 / sugar&JEWELS



Part06 キープアウト
Keep Out

お目立ち度NO.1！KEEPOUTのテープでぐるぐる巻きにされたデザインが個性的なコスプレ。写真を撮るときは背景にもこだわって。キープアウトコスチューム ¥8,315 / sugar&JEWELS



Part07
特攻服
Tokko Fuku

昨年人気だったシリーズに新色登場！パープル、レッド、ブラック、ホワイト、チェリーピンクの全5色展開だから、色違いで着ても迫力大◎特攻服コスチューム
¥8,315 / sugar&JEWELS

お買い上げの方全員に
カチューシャプレゼント♥
※無くなり次第終了とさせていただきます。

sugar
http://www.sugar-net.com/
LINE@ sugar-dress
Instagram dress_sugar

JEWELS
http://www.jewels-net.jp/
LINE@ jewels-dress
Instagram jewels_dress



Part08
スワット
SWAT

かっこよく行くなら絶対おすすめのSWATシリーズはサングラスと合わせるのが基本◎(左)スワットパンツコスチューム¥12,944 (右)スワットスカートコスチューム ¥7,389 / sugar&JEWELS

ハロウィンコスプレ先行販売START♡公式サイトをCHECK!

JEWELS

AUTUMN COLOR DRESS COLLECTION

この秋誰よりもオシャレなドレスが着たいなら

ポイントスカーフシリーズ♡

毎回トレンドを取り入れたドレスが人気のジュエルズから、スカーフをポイントに使ったドレスが登場♡秋らしいカラーと組み合わせたデザインは1枚は持っておきたいマストドレス!!

Model:Rina Sakurai,Kanae Sugiyama,Yuuka Obara Photo:Jiro Hairmake:Ayumi Maruyama,Nozaki Yuuko



JEWELS

JEWELS 公式
http://www.jewels-net.jp

LINE@ jewels-dress

instagram jewels-dress

姉ageha 限定
500円 OFF クーポン
お買い物の際に右のクーポンコードを入力するとお会計が500円OFFになるよ♡

coupon code
aneageha8
有効期限 :2018年10月31日まで



水分、食事、プラスビューティー
夏バテ対策3種の神器♥

肌荒れ、疲れ、なんだかだるい…

夏バテを秋に持ちこさない!!

フレーバーは8種類
- ♥ストロベリーメンソール
- ♥マスカットメンソール
- ♥ピンクグレープフルーツ
- ♥ピンクグレープフルーツメンソール
- ♥ピュアビタミンC
- ♥ピュアビタミンCメンソール
- ♥コラーゲン&ヒアルロン酸
- ♥コラーゲン&ヒアルロン酸メンソール

残暑が厳しい今日この頃、そろそろ夏バテ…という人も多いのでは？　プラスビューティーで身体を労って、万全の秋を迎えましょ♥　莉菜のサイン入り生写真プレゼントキャンペーンもお見逃しなく!!

PHOTO_Yoshinobu Bito **HAIR&MAKE**_Anri Mitsuishi **DESIGN**_Atsuko Furukawa **EDIT&TEXT**_Fumie Goto **MODEL**_Rina Sakurai



抽選で4名様に当たるよ♥

プラスビューティーとLINE友だちになって莉菜のサイン入り生写真を当てよう♥

まずは左下のQRもしくは「@beauty.es-magic」と検索してプラスビューティー公式LINE@アカウントとお友だちになってね♥　友だち登録後、トーク画面で合言葉の「姉アゲハプレゼント」と入力すれば応募は完了!!　既に友だちになっているコももちろん応募可能です♪　まだお友だちになってないコは急いでね★

応募期間：2018年8月7日～9月6日



充電すれば繰り返し使える♥

USBでスマホみたいに充電すればOK♪　コスパもいいし気軽に使えるよ♥



食べ過ぎ防止でダイエット!!

口さみしい時に吸えば、うっかり間食も防げる★　気分を切り替えるリフレッシュにも♪



TPOを選ばず使える★

ニコチンやタールはなし！煙だけで匂いもないから吸う場所を選ばないよ♪

本体カラーはピンク&ホワイト



カートリッジ、バッテリー、USBがセットになったプラスビューティーのスターターキットは2,500円♥　フレーバー8種の中から選べるよ♪

交換に便利なカートリッジが好評♥



本体の先端を付け替えるだけ！　交換がラクちんと、カートリッジタイプが早速大人気★　500回くらい吸えるカートリッジが3個入りで1,500円♥

+Beauty by eS magic

[お問い合わせ先]
プラスビューティー by エスマジック
☎03-6705-8324 受付時間9:00～21:00(年中無休)
http://beauty.es-magic.jp/ 吸う美容液 検索

全国のドン・キホーテで絶賛発売中！※取り扱い店舗は上記公式サイトでご確認ください♥

お姉さん世代に必要なあれこれを独自の視点で発掘!!

アラサー女子のたしなみ♥

［第24回］
白紗のフェイスマスク♥

「飲む点滴」と言われている今話題の甘酒をそのまま配合したパック♥　いつもよりも丁寧にケアしたい日や、特別な日の前にオススメ！　お肌の調子が悪くなりやすいこの時季にピッタリです✧

PHOTO_Yoshinobu Bito　DESIGN_Nanae Takahashi
EDIT&TEXT_Marika Koizumi

シミ・シワ・肌荒れ・乾燥肌…
気になる悩みはたくさん！
無敵の甘酒パックで美肌に♥



新潟産のお米を100%使用した本格米麹甘酒を配合。紫外線で受けたダメージや、大量の汗や冷房で乾燥したお肌のケアに♥　白紗フェイスマスク¥590／石原商店

白紗のパックはココが違う！

美容に良いと話題の甘酒の成分を気軽にチャージ♪

商品名の「白紗」とは、雪のように白い“うすぎぬ”の意味を持つ言葉。お肌の悩みにアプローチして、しっかり保湿し美白を目指す、特別な日のパックです✧

甘酒がお肌に良いと言われている理由♥

甘酒と点滴の成分が実はほぼ同じ成分だと言われている✧

甘酒の原料、米麹に含まれているコウジ酸にはメラニンの生成を抑制する働きがあるからシミ予防にも効果的✧　また、ビタミンB群もたっぷり入っているのでお肌のキメも整う♥

パックはこんな感じ♥

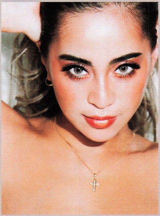


コットンのうぶげだけを原料にしているため、毛羽立ちが少なくて吸液性、保湿性が抜群でお肌にしっかり密着し、なめらかな使い心地♥

姉ageha

お姉さんアゲハ

2018年9月号



COVER STAFF

PHOTO_Nobuyuki Sasaki
MODEL_Sayaka Araki
HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto
DESIGN_Mutsumi Sawada
EDIT&TEXT_Marika Koizumi



女の子の欲しい！知りたい!が詰まった情報誌「inLOVE vol.6」72ページまるっと収録

CONTENTS

005 夏バテを秋に持ち越さない!! “吸う美容液”プラスビューティー

006 連載♥ アラサーのたしなみ♥ 第24回 白紗のフェイスマスク♡

008 誰だって行きていくのは楽じゃない。それは派手に見える私たちだって同じこと──。
私が私になるまでSTORY

031 連載 vol.4 お姉さん世代の私たちが選んだ運命カラコン♥

034 楽しい夏の終わりには宿題が待っている！ お姉さんの夏休み課題発表♡
人生に多分必要な108の質問!!

040 大人だけど地味になりたくない！
私たちのためのカラコン♥ loveil

042 何人とつきあっても満たされない心…
そして見栄を張りたいから出費はかさむけど働きたくない。
お金と恋愛の31日間着まわしSTORY

046 荒木の連載 其の弐拾壱「足の踏み場もない衣装部屋、大掃除！」

048 LuLINE×inLOVE×姉ageha コラボ企画第二弾記念企画♡
現役ちょうちょのご出勤Make&ふだんMakeを見せて!!

050 自然なぷっくりがかわいい♥ 今、私たちがたどり着いた結論はコレ！
やっぱり涙袋が欲しい♥

054 自分で思うようにアレンジできない原因と解決策をお届けします！
Hair Arrange Q&A♥

058 仕事！ 結婚！ 見た目問題!!
25歳を過ぎると今まで気にならなかったコトが気になってくる…
これから先どう生きていくべきか議論する会♥

062 今日ブスだったら明日はない。
どこにも属さない“自分を守るのは自分”という生き方♥
かな×ねも緊急対談 フリーランスで働くということ♥

064 品川美容外科 今すぐマイナス5歳若く見られるハートチークって!?

065 “楽してキレイ”なわけじゃない！ 私たちがお金と努力、
辛いダウンタイムを乗り越えて学んだ美容メンテナンスのすべて。
美容メンテ セキララBOOK♥

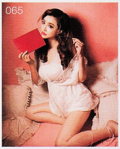
074 いろんな肌トラブルが噴出しがちな夏の終わり。
正しいお手入れで肌のBBA化を阻止しましょ♡
夏の終わりのスキンケア★

080 隣の晩ごはんとか冷蔵庫の中身も気になるけど
やっぱり私たちが見たいのは！
あのコのバッグの中身♥ 2018・晩夏

084 なんだかんだ持ってると気分があがる♥
Luxurious Brand SNAP

090 MAX 35% OFF 靴とバッグが決まればコーデの70%は成功♪ 秋のオシャレを先取りしよ♥
姉agehaブランドモール

091 不倫 三角関係 女同士のバトル 毒親 DV男 etc.
どこにあるのかわからない人生の落とし穴！
人生のピンチ回避術


065


008


050

032 姉agehaのお得な直販のお知らせ

094 下田美咲のもういっちょ！女子力道場 第16回 机上の空論で人生を悟るな！

102 読者モデル応募シート

103 最新Entame虎の巻

104 PRADAが当たる！ Present

106 INFORMATION

107 不定期連載 たかこの部屋 Vol.8 MAD TUCKLE 地獄のゲスロード

109 知らないよりも知っておいたらちょっとイイコトがあるかもしれません。
お姉さん新聞♥

110 青木りえの婚活けもの道

112「そのカラコンどこのですか?」

114 姉街ック天国★ ～名古屋編～

116 ボーダーラインを決める会

117 読者参加型企画Anestagram

118 溶ける系で重力と年齢をめくらまし♥

128 次号予告&撮影協力店リスト


084


042


109


008

※本誌内の価格表示は、断りのある場合を除き、すべて税抜きの本体価格となります。
※クレジットのないものは、すべて編集部私物またはモデル私物です。



お姉さん1人目♥

荒木さやか 33歳

ブレない芯の強さは外見に表れる♥

専属モデル（東京都）バツイチ独身・子供なし

ブロンドヘアとブロンズ肌…好きなものは変わらない♥

ハイトーンの髪にダークカラーのまゆげ、バサバサのアイラッシュ…特にこれといって変化はないよ　メイクのこだわりは黒まゆ♥

じゃない。それは派手に見える私たちだって同じこと――。

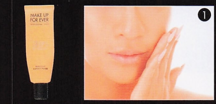
までSTORY♥

今の私を形成する素を少しだけお話します。

PHOTO_Nobuyuki Sasaki HAIR&MAKE_Yuko Nozaki, Jungen Iwamoto[SAYAKA, RINA,KANAE] DESIGN_slash TEXT_Midori Sasaki EDIT&TEXT_Mariko Koizumi

MAKE PROCESS

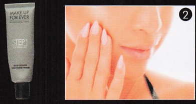
海外にいると全然メイクしないまま過ごす日もあるから、久しぶりにメイクしようとするとやりかた忘れてる時もあるんだなぁ



① まず色ムラをなくすよ

MAKE UP FOREVER スキンイコライザー9

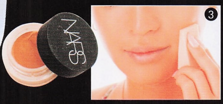
お肌の色ムラやくすみをカバーしてくれるコントロールカラーを下地として塗るよ。顔全体にパパーっと適当に伸ばしてる



② 次は毛穴カバーのベース

MAKE UP FOREVER スキンイコライザー2

次にお肌を毛穴レスにしてくれるベースを重ねる。これもパパーっと顔全体に伸ばしていくよ ファンデ重ねるより自然だしいいよ。



③ 超優秀なコンシーラー★

NARS ソフトマットコンプリートコンシーラー MED / DARK2

カバー力が高くて伸びが良くてヨレにくい。ファンデなくてもコレがあればOK 小鼻とか頬とか気になる場所に馴染ませる。



④ 部分的にパウダーをON

M·A·C ネクストトゥ ナッシング プレストパウダー ミディアムプラス

テカリやすいTゾーンと小鼻周りにだけパウダーを薄くのせていく。マットにするというよりヨレにくくするためのパウダー

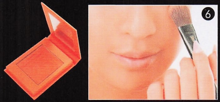


⑤ パウダーでまゆげを濃く！

A ケイト デザイニング アイブロウN EX-4

B アナスタシア ビバリーヒルズ BROW WIZ EBONY

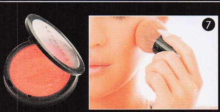
自眉は十分あるんだけど薄いから、パウダーを全体にのせて濃くしてる。ペンシルが細くて描きやすいペンシルで形を整えるよ♪



⑥ ハイライトで立体感を足す

KYLIE JENNR X RATED

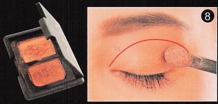
Tゾーン、Cゾーン、上唇の山の上にハイライトをON♪ ほんのりオレンジ色したパウダーだから、肌馴染みがすごくいい



⑦ チークで血色アップ♪

SEPHORA Coloful Sweet on you! 05

こめかみあたりから小鼻あたりまでチークを入れるよ。焼けた肌と相性のいいピンク色。チークのおかげでヘルシーな仕上がりに♪



⑧ シャドーは薄いブラウンを

NARS デュオアイシャドー ISOLDE

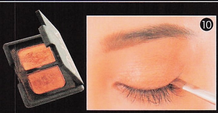
左側の薄いブラウンシャドー単色をアイホール全体にのせるよ。ブラシを使って、ムラにならないようにササっとのせて♥



⑨ アイラインは目に沿って★

ディオール ショウ オン ステージライナー 096

ラインを描くのは上だけ。キワに添いつつ目尻は少しオーバーにする。ハネもタレもさせずに、ごく自然な角度でオーバーさせてる♥



⑩ シャドーでラインをボカす

NARS デュオアイシャドー ISOLDE

ラインが描いたままの一本線の状態だと微妙だから、濃いほうのシャドーを使ってボカすよ。グラデーションっぽくして奥行きを出す。



⑪ まつげの上側にもマスカラ

メイベリン ボリュームエクスプレス ハイパーカール イージーウォッシュ 01

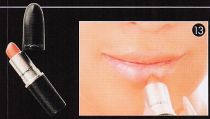
まつげにたっぷりマスカラ塗るよ♥ ちなみにこのマスカラずっと使ってる。ダマになりにくいしカール力がある気がする！



⑫ まゆげにもマスカラ★

メイベリン ボリュームエクスプレス ハイパーカール イージーウォッシュ 01

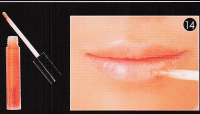
ハイトーンの髪に黒眉っていうバランスが好きだから、まゆげにもマスカラ塗ってるよ。毛を立てるように下から上に塗ってる！



⑬ ラメ感と発色がタイプ♥

M·A·C リップスティック INLUST

M·A·Cのリップはヌーディーなベージュゴールドって感じの発色がかわいい♪ 唇全体に、ちゃんと色がのるくらいたっぷり塗るよ。



⑭ グロスを重ねてぽってり

M·A·C DAZZLE GLASS TANGERINE TROPICA

次に、グロスを重ねるよ。唇全体に均一に。M·A·Cのグロスは自然なぽってり感が出せて、肌に馴染むナチュラルな発色なのが◎。



⑮ 最後にシェーディング♪

MAKE UP FOREVER プロフィニッシュ 170

フェイスラインにシェーディングのお粉をはたいたら完成♪ なるべく大きなブラシで馴染ませながらパパパッとのせていくよ★

ヘアメイク・私服・年表から心の声まで♥

誰だって生きていくのは楽

私が私になる

何かにつけて隣の芝生は青く見えるもの。それがかわいい子ならなおさら。でも、どんなコにも試練はあって、それを乗り越えて来ている。今まで話して来なかったこと、

FASHION&HAIR ARRANGE

基本的にシンプルなコーデが好き♥ T シャツにデニムとか、ワンピ1枚で OK なやつとか。楽ちんだし、あんまり着飾ってもねｗ

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

ただ巻くだけじゃダメ！ボサッと感が超重要！







パッと着てお出かけできるワンピは異国情緒感がポイント

このヘアの作り方

全体的に 32 ミリのコテで MIX 巻きにするよ。全部負けたら、ウェット感のあるスタイリング剤を馴染ませて。分け目はあえて雑にすることでボリューム感がでる。

ワンピは GYDA の。靴とバッグは海外でかったものだから、どこのか不明！ 1 枚でサマになるワンピはペタンコサンダルとも相性が良いからとっても助かる✧

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

ゴムを使わないでできる即席三つ編みヘア







このままフラリと海に行きたい夏の定番コーデ

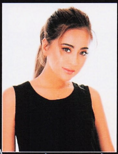
このヘアの作り方

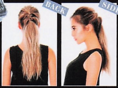
センター分けにして、左右それぞれトップの髪を根元から耳後ろまで編み込む。耳から下は普通の三つ編みに。毛先まで編んだら、結ばずに逆毛を立てれば OK！

トップスは TRUNC88 の。バッグは REBECCA MINKOFF で、スニーカーは VANS。ショーパンはどこのか忘れちゃった！ 一番普段っぽい格好がこれ。ラク♥

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

ひと手間加えていつもの一つ結びを華やかに♪







着心地は楽ちんだけど見た目はパリッと！

このヘアの作り方

トップの髪を後ろで結んで、その下の髪も同じく後ろで結ぶｗ 結んだ毛束はそれぞれくるりんぱして、ゆるくほぐすよ。ベースは巻いててもストレートでも OK。

オールインワンは 5351 で買った。ベルトはグッチでバッグはサンローラン。サンダルはルブタンの。1 枚で着こなせるから楽だけど手抜きっぽく見えないところがお気に入り！

SAYAKA'S HISTORY

小悪魔 ageha 時代を含めると 10 年以上！プライベートでは酸いも甘いも経験しつつ、笑顔で誌面を飾ってくれていました♥

28 歳



まつエク DOT1101 の店舗が海外進出も♥

八重歯を抜いていろんな表情をするように♪ 髪色がプラチナで MAX 明るかった！ まだそこまで海外づいてなかったかも？

25 歳

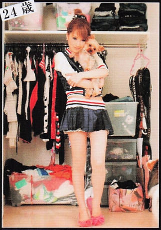




姉 ageha 誕生 !!
最初は小悪魔 ageha と W 専属

正確には 24 歳の終わりに姉 ageha 誕生♥ ヌーブラのつけ方プロセスとか謎にやってたな（笑）。完全移籍は 2011 年の 3 月！

24 歳





DJ A ☆ LUCKY 名義で
DJ 活動スタート♪

社長業にまい進。渋谷に念願のまつエクサロン『DOT1101』開業。そしてその後全国展開。上の写真のわんこは愛犬スタン♥

23 歳



夜 4 年でキャバ嬢を引退。
次なるステップへ♪

その間休んでいる期間もあるからキャバ歴は 3 年半。ちなみに源氏名は "愛原リオナ" だったんだけど覚えてる人いるかなｗ



消えた記憶

1度目は5000万、2度目は500万、持ち逃げされた

海外行ったりDJしたり、楽しく暮らしてそうに見える荒木ですけど、実は2度もお金を持ち逃げされているんだよね。しかも、どっちもすごく信頼していた相手に。

1度目は企業して1年後くらいだったから、25歳の頃。会社のお金関係のところを見てもらっていた人が、5000万円持って飛んだんだよ。あらゆる手を尽くして行方を探したけど、見つからなかったし、超上手くやっていたみたいで刑事事件としても立件できなかった。後でわかったんだけど、そいつは、どこでもそうやって生きてきた詐欺師だったらしい。

持ち逃げされた5000万円は私の貯金から補填した。仕方ないよね、社長なんだから。

この一件のことは、会社の従業員には伏せてた。全部、会社の業績とは別のところで起きた事件だし、こっちがフォローすればできることだったから。無駄に心配させるようなことは言いたくないしね。

しかも、5000万円だけじゃ済まなかったんだよね。その後、いろんなところへの未払いが次から次へと出てきて…。そのたびに自分の貯金から支払ってた。お金のことはそいつが管理してたから、こっちはどこにどれだけの未払いがあるのかわからなくて💧

結局、どのくらい私がかぶったんだろう。どんどん、どんどん、お金が出ていくから、わかんなくなっていった。もはや具体的な金額は覚えてないけど、相当いったとは思う。

当時のこと、あんまり覚えてないいんだ。ゴタゴタが収まるまでの1年間の記憶はすごく断片的。ただ、人間が信じられなくて、お金と犬しか信じられなかった。そいつのこと、いつか殺してやろうと思ってた。

その頃にブランド品もほとんど売っちゃった。全部キャバ嬢の頃にもらった物だし、買った物も「キャバ嬢だから持ってなきゃヤバイ」っていう見栄で買っただけ。だったら、少しでも返す足しにするか、みたいな。お気に入りだけ残してあとは全部質屋に持って行ったけど、350万円のカルティエの時計が45万円とか、価値の大暴落にびっくりしたよね。ロレックスだと少しは高いけど。そのへんでもう、ブランドってばからしいや、えーいらねえみたいな気持ちになった(笑)。

そんな生活送りながらも、普通に小悪魔agehaの撮影とかも行ってたわけで。全然覚えてないけど(笑)。周りのコにも何も一切言わなかった。だから誰も知らないと思う。まあ言ったところで「大丈夫？」「可哀想…💧」で終わる話だし、プライド的なものもあった。打ち明けたところで、誰も助けてくれるわけじゃないし、逆に自分を下げるだけだから。

2回目の持ち逃げは4年前くらい。正しくは持ち逃げじゃなく使い込み。銀行に毎月返済しなきゃいけないお金を着服していて、使い込んだ金額はざっと500万円。そして、そのお金を1円も返さないまま自己破産…💧

何が悔しかったかって、その人は、あのゴタゴタの1年を一緒に乗り越えた人だったってこと。「え、おまえもやるの？」って。人間不信のダメ押しだった。人を見る目がない。心が折れた。

こういうことがあると、人生ってやっぱりトントンなんだなって思う。普通のOLさんより使える額は大きいかもしれないけど、それと同じくらいのリスクもついてくる。

裏切られ過ぎてだいぶ人間不信に陥ったけど、そこは一周回って大丈夫になった。今は信じられる人がいる。信じられるっていうか、裏切られてもいいやって思える人としかつきあってない。一回転しちゃったよね。

もし裏切られても信じた私が悪かった、そう思えるような人としかつきあわないって決めてるから。



お姉さん2人目♥

桜井莉菜

かわいいと言う名の武器を装備

専属モデル（東京都）独身・子供なし

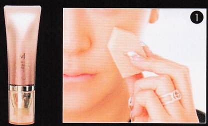
35歳

あれこれ変えるよりもマイベストなメイクを貫く♥

まつエクしたりシャドー変えたりちょこちょこ変化はあるけど基本的に同じメイク♥それが1番盛れるって知ってるからわざわざ冒険しない！

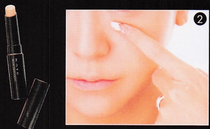
MAKE PROCESS

自分のパーツを無視してメイクすると大変なことになるから（ツリ眉をタレ眉にするとか）本来のパーツを生かす方法でメイクしてるよ♥



ムラなく伸びるよ！ ミシャ シグネチャー BB クリーム 肌色

ずーっと使ってる BB ♥
もう何個目かわからないくらい長年愛用してる BB クリームを下地として顔全体に伸ばすよ★ カバー力があるし色もピッタリ！



ケイト スティックコンシーラー N ナチュラルベージュ

気になるクマをカバー
の下にコンシーラーを伸ばして、指でトントン叩いて馴染ませる♥ そういえばこのコンシーラーも、もうずっと使ってる♡



クリアラスト フェイスパウダー ハイカバー 白肌オークル

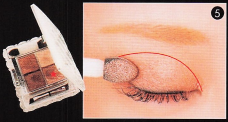
カバーしたい日はコレ★
クッションファンデの日もあるんだけど、今日は肌荒れしてたからカバー力強めなクリアラスト。余分なお粉を手の甲で落として使用。



ビボ アイフル マユズミ ライトブラウン A

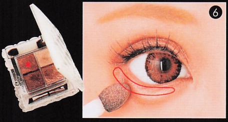
キスミー ヘビーローテーション カラーリングアイブロウ 03 B

存在感をなくすために描く
まゆげ、あんまりいらない♡ 目が目立ったほうがいいから。A でふんわり形どって、B で全体を明るく♪ そんなにこだわりはないよ♥



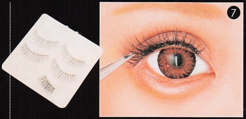
ジル スチュアート シマークチュール アイズ 07

明るい色はアイホールに★
4 色入りのジルのシャドーは発色がキレイで使いやすいよ♪ まずは明るいカラーをアイホールにのせて目元をパッと華やかに♡



ジル スチュアート シマークチュール アイズ 07

下まぶたにもシャドーを ON ♪
ブラウンシャドーを下まぶたにも塗るよ。アイホールにのせた最初のシャドーと繋がるように意識して、下まぶた全体にぐるっと♪



ミッシュブルーミン アイラッシュ No.02

今日はまつエク取れかけ期♡
まつエクが調子いい時だったらつけまいらないんだけど、今日は取れてきてるからつけまが必要♥ 黒目の始まりくらいから装着✧



ヒロインメイク インパクトリキッドアイライナー 01

部分的にアイラインを引く
まずは粘膜と目頭のみアイラインを描くよ。いきなり全部にライン描くとつけまにライナーの液がついて汚くなっちゃうの💧



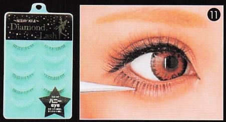
LA DIAMOND スモーキーアイシャドウデュオ SE001

ライン代わりに黒シャドー★
プロセス⑧でラインを引いていなかった部分に黒シャドーをボカす！ ちなみに黒シャドーはマットであればあるほど理想的✧



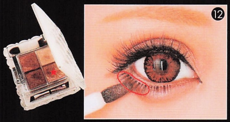
ジル スチュアート シマークチュール アイズ 07

習慣で目尻にシャドーを★
下つけまをつける場所の目印？ 正直あんまり深い意味はないんだけど、下目尻にブラウンシャドーをサッとのせてボカしてるよ♡



ダイヤモンドラッシュ ハニー eye

目尻側だけ少しタラす♪
基本的に下つけまは目のキワに沿ってつけてるんだけど、目尻だけ若干離してタレ目に。このつけまもずっと使ってる。一番自然♥



ジル スチュアート シマークチュール アイズ 07

もう一回シャドーを足すよ
下つけまをつけた後、さらにブラウンシャドーを塗り重ねる✧ この工程も特に意味はなくて、なんとなくクセになってるんだと思う。



ジルスチュアート リップブロッサム 43 A

エスティローダー リップスティック 38 B

グラデリップにしてみた♥
最初に A をリップ全体に塗る♪ 次に、B を唇の真ん中で軽くくわえるようにすると、内側だけにほんのり色がついて自然なグラデ✧



キャンメイク クリームチーク 14

チークは高めの位置にポン♪
高め、横長にチークを入れてるよ。シュッとした感じよりかは、かわいい雰囲気に。クリームチークを指でポンポン馴染ませる♥



リンメル ショコラスウィートアイズ 015

最後にハイライトを♪
ギラギラしすぎていない、色がちょうどいいという理由でアイシャドーをハイライトとして使用♡ チップをつかって鼻筋にまっすぐ。

FASHION&HAIR ARRANGE

やはり、リーナクチュールのアイテムが多め✧。今日はテイストの違うコーデを3体組んでみたので、とくとご覧ください☺

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

アムロちゃんを彷彿とさせる大人のガーリーアレンジ✧





BACK



SIDE



避けてきたTシャツを解禁
食わず嫌いだったかも☺

このヘアの作り方

25ミリのコテでMIX巻きにしたあと、耳より上の髪を真ん中で分けてそれぞれ高い位置で結ぶ♪ このとき、なるべく結んだ髪が立つようにするとかわいくできる♥

Tシャツはadidasで購入。昔は着なかったけど、着てみたら意外と可愛くてお気に入り♪ ショーパンはリーナクチュールで靴はRuuA。バッグはルブタンだよ☺

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

いつもの巻き下ろしに甘さを上乗せ♪





BACK



SIDE



ガーリーなピンクをラフに
崩してお出かけモード♥

このヘアの作り方

全体を25ミリのコテでMIX巻きにしたあと、ハチの部分からひと束髪を引き出してピンで留める★ 毛先は空気を入れるように巻きを割いていって、ふわっと仕上げて。

これも全身リーナクチュール♥ ピンクが多いし素材やシルエットは甘めなんだけど、デニムを合わせることで一気にカジュアルになる。デイリーに着られるよ♪

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

いつの時代も盛れるふわふわAラインシルエット✧





BACK



SIDE



バッグを目立たせたいから他はあくまでシンプルに♪

このヘアの作り方

25ミリのコテで全体を細かめに巻いたあと、クッションブラシで毛先に空気をたくさん入れてフワッフワにとかす。そうすると自然とAラインになるよ☺

キラキラのレインボーカラーがかわいいバッグがポイント♥ この日の主役はバッグだから、ワンピはシンプルに✧。ちなみに全身リーナクチュールだよ♪

RINA'S HISTORY

大阪でOLやりながら週末agehaの撮影で東京に来てた時代もあった。思い切って会社辞めて上京して初一人暮らしして…濃厚な思い出をプレイバック★

25歳

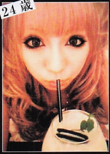






ゴツいロック系コーデにハマった小悪魔ageha2年目の年♥
ついに会社を退職、モデル業一本に絞った生活を始める♥ と言ってもまだ住んでるのは大阪。東京いる時はホテル暮らし♪ 昼夜逆転生活してた☺

24歳





小悪魔agehaに出るようになって大阪⇆東京を往復♪
専属になってから平日は大阪でOL、週末は東京で撮影という実質休みゼロな日々。当時は一人で新幹線乗るのも怖かったな☺

22歳



エスニック系にハマった社会人2年目✧
エスニックなアクセのロングスカートがこの夏の定番スタイル★ パール系のロザリオだったり民族系のゴテゴテアクセにハマってた。

21歳



社会人1年生! 露出のセクシー系がブーム♥
大阪OL時代★ 友達5人でクラッシュっていうグループを組んでた☺ そういえばこの時、いろんな雑誌のスナップに出てたなぁ♥

31歳



30歳





小悪魔agehaと姉ageha両方に出るようになる★
小悪魔では盛り盛りのさくりなちゃん。姉では大人っぽい莉菜とキャラを使い分け♪ そういえば当時、ストレスでめっちゃヤセてた気がする!

今とあまり変わらない安定の生活を送る★
当たり前に東京に慣れ、今の仕事に慣れ、もう今とほとんど変わらない暮らしをしてるんじゃないかな☺ メイクも今の感じに近づいて来た★

28歳



東京暮らしも板について来た♪
確か27歳で上京してきた気がする★ この頃、相変わらずロックも着るけどフェアリー系も楽しむように。まだまだつけま全盛期でメイクが濃いね☺



“かわいい”の作り方

今も昔もなりたいのはayuの目。それ以外に憧れたことってない。いろんなメイクをしたいと思ったこともない。コスメは変わるし、インスタで「お！」と思ったコの画像をスクショしたりもするけど、でもやっぱりかわいいと思う顔は変わらなくて、なりたい目も変わらないんだよね。

元々、目が小さいのがコンプレックスで、高校生になって化粧を覚えてからは目を大きく見せることしか考えてなかった。

上も下もつけまつげをつければパッと見は黒くて大きく見える。とにかくまつげは長く、誰よりも濃く長く。ayuの目はちょっとタレてるから、下のシャドーを垂らして描くようにして…。当時のヴィセの広告を見てまつげの研究もしたよね。

「そっか、この写真、まつげの1束、1束がキレイに整っていて、間隔も均一なんや！」って。それ真似して、ピンセットでつけまの束と束の間隔を調節するようにもなった。広告のポスターはCGなのかもしれないけど、知らないからさCGなんて。「ayuのまつげってこうなんや！」ってずっと思ってた😅 当時は画像とかなかったから、壁にポスターを貼って、手元には雑誌のページを開いて置いて、とにかく毎日メイクの練習をしてた。お風呂に入る前とか夜な夜な。雑誌を見ながら下のつけまつげをつけ比べてみたりとかね。日々訓練。近づけたい目になるまつげを探しては試し、探しては試し。

高1とかそのぐらいかな、あんまり覚えてないけど、メイクが上手くいかなくて、なりたい顔にできなくて、「何で自分はこんな顔何やろう」って、鏡を投げて割ったこともあった。元々の顔面の作りが嫌いだったから、〝メイクが上手くいかない＝この顔がイヤ〟だった💧

すっぴんは、絵の完成していないただのキャンバス

今でも、すっぴんは自分の顔じゃないと思ってる。絵が完成していないただのキャンバス。元から美人なら完成された絵がそこにはあるかもしれないけど、そうじゃないなら化粧をすればいい。そうすれば自分の顔に近づける。

〝かわいい〟ってRPGみたいなもんじゃないかなって思う。ゲーム開始時点で、〝かわいい〟とか〝キレイ〟っていう装備やアイテムを持っているのが、元から美人なコたち。そうじゃないコは手ぶらで初期装備みたいな💧

けど、〝かわいい〟を持っていないからこそ、うちらはそのぶん何かを手に入れなきゃいけないんだと思う。顔にコンプレックスがあるなら、それをカバーできるメイクという武器や、おしゃれっていう魔法、背が低いんだったらヒールという装備とか。

自分をかわいく見せるための持ち物をちょっとずつ手に入れていくことが〝かわいい〟を作っていくことっていうのが私の持論。そうしていくなかで、いかにマイナスポイントを作らないかを考える。持っているものが少ないんだから減らさないように。たとえばタバコ吸わないとか、（ただしタバコは美人OLキャラに合っていればOK）がに股で歩かないとか、汚い言葉を使わないとか…。ポイントを減らさないようにしながらアイテムを手に入れていけば、かわいいは高められる。

逆もあるよね。初期段階では〝かわいい〟を持っていたコでも、だらしないとか、酒癖悪いとか、性格悪いとかだったら、だんだんマイナスポイントが増えていく。もちろんかわいいコが減点もされずアイテムを増やしていったら勝ちようはないけど。でも、そこに勝とうと思わなければいい。自分のマイナスポイントを増やさなければいい。あとは努力でアイテムを手に入れていけばいい。莉菜はそういう感覚でずっとかわいいを追求してる♥



お姉さん3人目♥

小原優花

好きな気持ちは全ての原動力♥

専属モデル（東京都）独身・子供なし

28歳

薄づきなのにツヤツヤな秘密はハイライトにあり♥

興味を持ったらとことん！な優花は好きなことを突き詰めて生きている★ 理想の自分に近づくため、実践しているアレコレをご報告♪

MAKE PROCESS

ベースやハイライトなど、お肌がキレイに見えるツヤの出し方にこだわりました😊 ファンデを濃く重ねなくても美肌に見えます✧



毛穴やくすみもカバーしてくれる✧
顔全体にCCクリームを伸ばします。BBだと重たく感じるので個人的にCCが好み✧ SPFも50＋あるので紫外線対策にも♥



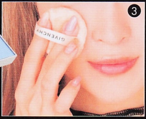
塗り心地が軽くて最高です！ シャネル CC クリーム N 10



気になる部分にコンシーラーを仕込む★
リップを塗る時に口角がはっきりしていたほうがキレイなので、そのためにコンシーラーを😊 小鼻は毛穴、目の下はクマカバーです。



大好きな海外のブランド。Charlotte Tilbury THE RETOUCHER 2



お粉は一度手の甲で叩いて！
一度余分なお粉をオフしてから顔に。このお粉は、お肌をトーンアップさせる成分が入っているんです。もう2回リピ買いしてます😊



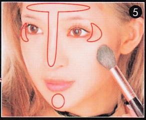
白肌さんにオススメ。ジバンシイ プライトニング ルースパウダー



シェーディングは馴染ませながら伸ばす♪
ハイライトとシェーディングが1つになったパレット★ 先に左側のパウダーをフェイスラインに馴染ませて、輪郭をシュッと✧



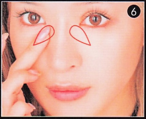
便利なパレット。Charlotte Tilbury FILMSTAR BRONZE&GLOW



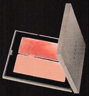
まずは1つ目のハイライト♥
右側のハイライトカラーをTゾーン、Cゾーン、アゴ先にのせます。ブラシでサッとのせるだけでキレイなツヤ感が出せますよ♪



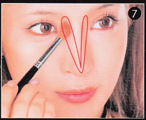
海外で購入♪ Charlotte Tilbury FILMSTAR BRONZE&GLOW



部分的に右のハイライトをON
目頭の下にツヤを仕込むと、お肌がイキイキして見えるんです♪ あと入れるとしたら鼻の先とか、上唇の山の上にピッとのせても◎。



あると便利なアイテム♪ THREE シマリング グローデュオ 01



ノーズシャドーは鼻先まで
真ん中の色を眉頭～鼻先まで入れます。細い筆で入れると「線です」みたく不自然になるので、私はハイライト用の小筆を愛用♥



定番アイテム♪ ケイト デザイニングアイブロウ 3D EX-4



眉マスカラは下から上に♪
あえてボサボサ感を出したいので、眉マスカラを塗るときは下から上に向かって塗ります。ケイトのはこれ1本でトーンアップ★



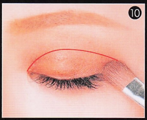
明るくてつきが良い♪ ケイト 3D アイブロウカラー BR-2



シャドーは薄い色から♥
左上の明るい色は眉下に。次に薄い順にアイホール、二重幅、キワ&目尻、下まぶたに重ねる。右下はWラインとしてものせる★



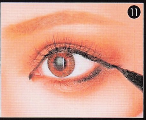
リンメル ロイヤルヴィンテージアイズ 003



二重幅にキラキラをON★
左下のキラキラシャドーを二重幅に重ねます♪ このシャドー、ラメがとってもキレイなんです♥ 全体的に華やかさが増しますね😊



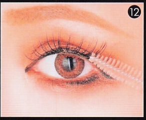
Charlotte Tilbury THE DOLCE VITA EYESHADOW



アイラインは目頭まで！
上まぶた、目のキワにラインを描きます。インラインもしっかりと！ 目頭に描いたラインが強調されると古臭いので注意しながら♥



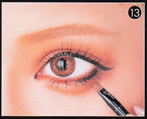
エム・エス・エイチ ラブライナー リキッド ブラック



マスカラ代わりの美容液♥
まつエクの向きが変わらないよういコーティング剤を塗ります。いい感じにセパレートになるんですよ♪ 美容成分入りでまつ育にも。



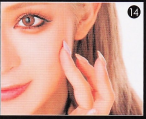
束にならないよう1本1本塗って。BEAUTE ラッシュコーティング



下まつげにマスカラ&下目尻再調整♪
まつエクだけど下まつげは比較的はっきり見せたいのでマスカラを✧ 1本1本丁寧に塗るのが◎。⑨の左下で目尻シャドーも微調整！



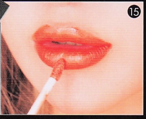
SDB ピュアフリーマスカラ NSK2



頬が上がって見えるように♥
リキッドチークは、筆の余分な液をオフしてから、頬にポンポン置いてなじませます♥ しっとりした質感で毛穴が開きにくい♪



指でポンポン叩いて馴染ませる♪ アディクション チークポリッシュ 12



乾燥知らずな外国産リップ♥
最初にAを全体に塗ります。リキッド状で色落ちしにくいし、食べてもOKな成分で作られているらしい✧ Bを重ねて完成です♥



A BITE BEAUTY リキッドリップ YUCCA

B BITE BEAUTY クリームリップグロス CHAMPAGNE PEARL

FASHION&HAIR ARRANGE

スポーティーな要素を MIX した、インスタ映えなスタイリングがテーマです♥ ちょっとお出かけする時にできるような、カジュアルな格好を選びました。

このコーデに合わせたい
アレンジはコレ♥

カジュアルこそツヤ感のある巻き髪でフェミニンに！





BACK



SIDE

このヘアの作り方

25 ミリのコテで外巻きに♪ 毛先はあまり入れ込まず、ラフに巻いておきます。キャップをかぶった時に前髪がサイドに流れるよう、前髪の毛先を流しながら巻いておくと◎！

セットアップはミラーナイン♪ キャップはバレンシアガで、バッグはヴィトンのもの♥ ナイキの白がまぶしいスニーカーを合わせてスポーティに落とし込みました！



スポーティなコーデの中に女のコ要素をMIX♪

このコーデに合わせたい
アレンジはコレ♥

シンプルなアレンジはゆるく仕上げるのがポイント♪





BACK

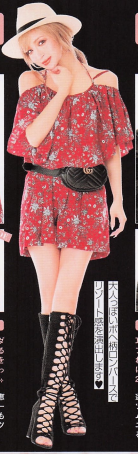


SIDE

このヘアの作り方

25 ミリのコテで全体をゆるくランダムに巻いておく★ 首の後ろでゆるく1本に結んで、耳のあたりの毛をゆるく、たわむように下に引っ張ってヘアを崩していったら完成です✧

お気に入りのロンパースは、佳那恵ちゃんの Bloomin ♥ 本当のリゾートと言うより、ちょっと街っぽさもあるアイテムがかわいい♪ ブーツはミラーナインで帽子は GYDA ♪



大人っぽいボヘ柄ロンパースでリゾート感を演出します♥

このコーデに合わせたい
アレンジはコレ♥

アクティブな印象を植えつけるPOPなツイン団子♪





BACK

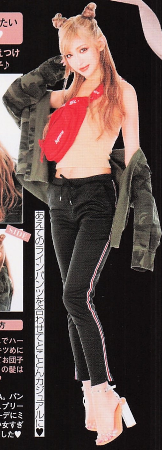


SIDE

このヘアの作り方

耳上の毛を高い位置で結んでハーフツインに。結んだ毛束をキツめにねじって、ゴムに巻きつけてお団子に♪ 毛先はピン留め。残りの髪は 25 ミリのコテでゆるく巻く♥

迷彩柄のジャケットは GYDA。パンツは IRAL で、バッグはシュプリーム。靴は YELLO ♪ このコーデにミニスカートを合わせるといい女すぎる。わざとパンツを合わせました♥



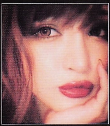
あえてのラインパンツを合わせてとことんカジュアルに♥

YUUKA'S HISTORY

好きなことにドハマりする性質はずっと変わらないけど、掲示板でひたすら化粧の質問に答え続けていた前略プロフが原点かも♥

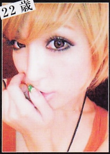
24 歳





起業。やりたいことができたときのために会社を設立♥
節税目的の起業という面もあったけど、会社を作っておけばいつかやりたいことができた時にすぐに動ける、という狙いも♪

22 歳





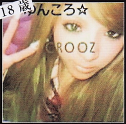
egg を卒業。ブロガーとしての活動を充実させる★
仲良いモデルのコが他誌に移るタイミングで私も卒業。ブロガーを職業として確立したいっていう気持ちもすごく強かったんです♥

19 歳



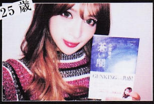
中学からずっと伸ばしていた髪をいきなりバッサリ！
この頃はもう egg に出てたよ。ちなみに初登場は高3。普通にマルキュー前で声をかけられて、普通にスナップ。2回目でピン企画♥

18 歳



高2までは前略プロフ。高3の5月にブログを開設★
良かったコスメのクチコミをひたすら続けるうちに、3カ月でブログのランキング1位に。半年後には1日のアクセス数が 30 万突破！

25 歳



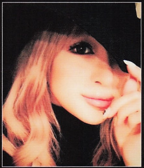




姉の専属モデルに。そして自伝的小説『蒼い闇』出版♥
30 歳に向けて何か新しいことに挑戦したくてモデルに。超リスペクト世代のモデルさんたちがいる姉 ageha に出させてもらうことに！

23 歳







興味のあることにガンガン挑戦。とにかく遊び尽くす！
20 代前半はとにかく好きなことに没頭。海外へ行ったり、サバゲーに熱中したり、寝る間を惜しんで活動。だいぶ社交的にもなった😊

失う勇気



会社問題、彼氏問題、手放せば変われると思った…

去年、「IRAL(アイラル)」というフィットネスウエアのアパレルブランドを立ち上げて、ちょうど同じ頃に新しい彼ともつきあい始めました。でも、私の中ではこの1年の間、本当に迎えたかった道と、少しずつズレていっている感覚が違和感としてすっごくあったんです。

その違和感は、仕事なのか、恋愛なのか、きっとどっちかだなと思っていたけど、でもそうじゃなくて、自分のダメな部分、乗り越えなければいけない課題が、ただただズレとして感じられていただけなのかもしれない。今はそう思います。

私が起業したのは24歳のときで、そのときはブロガーとしての収益を管理するための節税目的の会社でした。事務所として、ずっと私をサポートしてくれていた会社があっての私の会社みたいな立場。わかりやすくいえば、会社の中の1つの部署みたいな感覚ですね。

でも、「アイラル」を立ち上げてからは、徐々に独立したい気持ちが大きくなっていったんですよね。アパレル業は100%自分の会社の出資ではあったけど、立場的に守られているというか…。本来、自分で一から会社を立ち上げるとなると色々審査や手続きも大変ですし、もちろん何かあったときは自分が責任をとらなくちゃいけない。だけど当時の環境だと、何かあったときはサポートしてくれている会社の社長がカバーしてくれる立ち位置にいたというか…甘えですよね。

同じ時期、彼氏のことでもずっともやもやしていました。彼のことが大好きで毎日会っていて、尽くしてました。地方に行く日も可能な限り日帰りにして、明け方4時5時になったとしても会いに行って。彼も忙しい人なので、「何してる?」電話とかしてこないんですよ。必ず用事があって連絡してくるので、常に携帯充電して、仕事中でよっぽど無理な時以外は電話に出られるようにしていました。

仕事と恋愛。どちらに対しても依存してると思いました。例えば、彼氏に浮気されたり暴力ふるわれたりするのって誰でも嫌じゃないですか。でも、当時の私はたとえ彼に何をされようが、きっと許していたと思います。彼がいなくなることが一番嫌だったんです。彼が側にいてくれれば幸せ。ケンカしたとしても離れるのが嫌だから許して尽くしての繰り返し…。

でも、そんな自分にずっと違和感はありました。自立することっていうのは、ひとりで生活していけるということではないし、好きなことを仕事にすることでもない。そうじゃなくて、周りの人に寄りかからないで、ちゃんと自分の2本の足で立ってるかどうかっていうことだと思うんです。私はそれができていなかった。

会社問題、彼氏問題、手放せば自分はきっと変われる、そう思ったのは今年の春くらいです。慣れ親しんだものを手放すのは怖いけど、でも結局悩んでいるっていうことは身からでたサビだから。

だから全部を手放すことに決めました。お世話になってきた会社とも話し合って、彼とも話し合って…。その結果、仕事面ではお世話になっていた会社とは円満に独立が決まって、それが4月。6月1日からは「アイラル」のサイトもリニューアルして再スタート♪ 彼とも春までにキッパリとお別れしました。恋愛はきっとこれからも尽くす女だと思います。でも、「この人には私が必要、私にはこの人が必要」よりも、一緒にいることでお互いがもっと幸せになれるような、そんな相手と出会えたらいいなと思っています♥

お姉さん4人目♥



シングル子育て

ママこそ息抜きが大事♡

早川沙世 35歳

専属モデル（東京都）独身・息子1人・娘1人

前号の衝撃告白から２カ月。沙世に届いていたのはみなさんの温かい言葉でした♥　改めて、今の子育て状況と思うことを語ります。

完璧じゃなくてもいい、機嫌のいいママでいたい♡

これまでずっと、地元と東京とを行ったりきたりしていて、仕事のときはお母さんに子供をみてもらったりしてた。でも、ずっと申し込んでた保育園の入園が決まって、今年の4月からは東京で子供と私だけの生活になったの。お母さんも地元で自分のお店を出すことになったから、もう頼れない。今はひとりで子育てしてる。

子供を保育園に預けている平日の日中は動けるけど、夜はまず出歩けない。でも、それはいいんだ。困ったなと思うのは、お腹こわしたり、熱が出たりっていう子供の急な体調の変化。37度5分あったら保育園には連れて行けない。そうなったときに、撮影があったり仕事の用事が入っていたりすると、「ヤバイ‼」って大慌て

実はこの撮影の日も、子供が熱を出して遅刻したの。ママ友のひとりが預かって子供をみてくれることになったから撮影には来れたけど、そうじゃなかったら来れなかったかもしれない。ドタキャンは信頼を失うからしたくない。でも子供が一番だから仕方ない…。でも沙世の場合、自分が稼がなかったら生活できないからそこにジレンマもある。自由に動けないぶん、前に比べると仕事も減った。収入が減るってもうそれだけでストレス💧

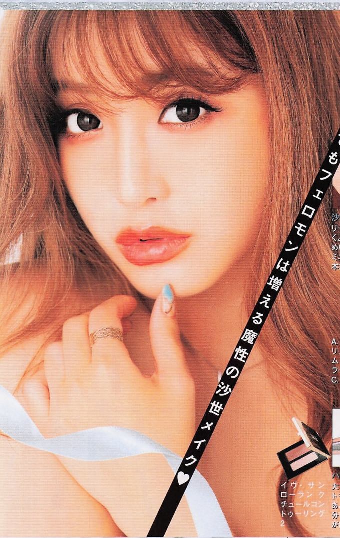
そういう意味でお金を稼いできてくれる旦那ってありがたい存在だと思う。シングルマザーは自分で決めた道だけど、でもやっぱり、収入のことを考えずに育児に専念したい願望は皆無じゃない。心に余裕もなくなるしね。

DMでの相談メッセージを読むたびに、シングルのママたちは本当に大変だと思う。「ついカッとなって子供に手をあげそうになってしまった」、「ママ業を完璧にできない自分を責めてしまう」、そういう相談がめっちゃくるけど、でもみんなそうだと思う。沙世もそうだよ。「育児も仕事も両立してキラキラしていてうらやましい。どうしたらそうなれますか？」ってDMもくるけどそんなことない。インスタに載せているのは一番いいところだけ。それ以外の部分はぐっちゃぐっちゃのめっちゃくちゃ。毎日戦争　家も散らかってるし、ごはんだって毎日手作りじゃない。出前やお弁当食べることもしょっちゅう。でもそれでいいと思うんだ。無理しないことにしたの。キチンとしなきゃって自分を追い詰めてピリピリするより、多少家が散らかってたって、今日の夕食がコンビニ弁当だって、ニコニコ機嫌よく暮らしているほうがよくない？

小さい子のママって息抜きしている時間もないけど、でもその中でどうにかして見つけていかなきゃと思ってる。息抜きしないと心がナイーブになる。どうしようどうしようって縮こまるから。沙世が見つけた息抜き法は、自宅でのママ友女子会♥　子供たちを遊ばせながらご飯食べたりおしゃべりしてるだけなんだけど、気持ちがスッキリ軽くなるんだよね。忙しくて余裕がないママほど、自分なりの息抜きを見つけることって大切かなって沙世は思うよ♥

MAKE PROCESS

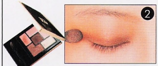
子供 2 人と暮らしてて毎日バタバタ！　だから普段メイクは秒で終わる♥ ちなみにカバーマークのファンデは長年愛用してるよ♪





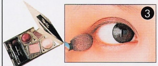
まずはツヤ出し & 保湿★
顔全体に A を伸ばすよ♪ しっとりするしツヤ感が出る♥ B も全体に伸ばしてスポンジでよく馴染ませるよ。B はツヤ肌になるのに崩れにくい。

A. M・A・C ストロボクリーム ピーチライト B. カバーマーク フローレス フィット FN10



シャドーを重ねて立体感♪
シャドー右下をアイホールに、中央を二重幅に入れて W ラインみたいにするよ♥ こうすると二重幅がクッキリ！ 涙袋に左下をのせぷっくり。

イヴ・サンローラン クチュール クルール パレット 14



見た目も発色もかわいい♪
プレゼントでもらったシャドーは、ヴィジュアルも発色も最高にかわいい♥ 左下の赤を目の下全体、キワギリギリにのせて陰影を作る♪

他の色もかわいい♪ エレガンス ヌーヴェル アイズ 20



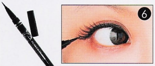
目尻をキュッと軽く上げ♥
アイラインを描くのは上だけ。目頭から目尻までキワに沿って描くよ。最後、目尻は軽くハネて大人っぽく😊 リキッドで細く引くのがポイント。

パワーインメイク ラスティングリキッドアイライナー EX 01



つけまはナチュラル志向✧
昔からつけまは A！　めっちゃナチュラルで盛れる♪ そのあと B を軽く塗って、自まつ毛と馴染ませるよ✧ 下の No 自まつにも軽く塗る♪

A. ミッシュブルーミン No.06 B. ミネラル KS イオンマスカラ



ラインを描きなおして調整
つけまをつけると先に描いたラインがあんまり見えなくなるから、上から描き直すよ😊 キワに沿って、なるべく細く丁寧に描いていくよ！

パワーインメイク ラスティングリキッドアイライナー EX 01



まゆげは自眉を生かして♪
先に A でまゆげ全体を明るくしておく。次に B を使って形を整えれば OK！　変に形を変えたりしないで、若干眉尻を描き足す程度♥

A. パワーインメイクアイブロウマスカラ 03 B.shu uemura ハードフォーミュラ 9



ポッと色づく絶妙な発色♥
頬の高めな位置にチークをのせるよ。マジョマジョのチークはドラッグストアで手軽に買えるのに色がちゃんとかわいい✧ パフで叩き込む！

マジョリカ マジョルカ パフ・デ・チーク OR302



沙世の象徴・明太子リップ
リップは A から順に塗っていくよ。ちゃんと上唇はオーバーめに塗るとぷっくりしてフェミニンな印象に✧ 全部で 3 本重ねてキレイ色に♥



A. イヴ・サンローラン ヴォリュプテ ティントインバーム 7　B. ロレアルパリ カラーリッシュモイスト C511 C. ルージュ ココグロス 748



ハイライトでメリハリ★
大きなブラシに右のハイライトをとって、鼻筋や目の下、あごなど、ツヤを出したい部分にのせるよ。上品なツヤ感が出せる便利なアイテム。

イヴ・サンローラン クチュールコントゥーリング 2

SAYO'S HISTORY

中洲で夜やってた時代から歌舞伎町、六本木、昼職に 2 児のママになった今日までずっと 10 年以上！　気づけば遠くに来たもんだ♪



19 歳

福岡・中洲のお店で雇われママになり一皮むける♥
18 歳から中洲で働き出し、19 歳でママを任されることに！　充実した日々を送る一方、10 代で人を雇う難しさを知る！



21 歳

モデルになる夢を追いかけ上京・さようなら中洲✧
上京後、レースクイーンをやったり六本木のキャバで働いたり何かと大忙しだった★ 当時はメイク薄めのキレイ系お姉さん路線♪



23 歳

六本木、銀座を経ていよいよ歌舞伎町進出★
ちょうちょなら一度は通る町、歌舞伎町♥ ちょうどこの頃、中洲時代の友達たちも続々上京して同じお店で働いたりしてた★



24 歳

芸能と水商売どちらに進むか進路に悩む日々💧
芸能系の仕事に進みたいけど思うようにいかなかったり、その反面水商売で本気出したいと思ったり…。ジレンマに悩む😿



26 歳

夜引退！　フィナーレは誌面でも特集されたよ♪
ちょうちょ卒業と同時にダイニングバーのオープン準備に着手★ 夜引退の余韻に浸る間もなくパワフルに働き続けていた年♥



31 歳

一人目を妊娠・出産✧ シンママの道を選ぶ
ずっと子供は欲しいと思ってたし喜びしかない✧　8 カ月目までバリバリ働いて少しのんびりしてから地元・福岡に戻って出産♪

FASHION&HAIR ARRANGE

ロング丈で上品、なおかつ涼しげなところがポイント♪
清潔感のある軽やかコーデで "いつもオシャレなお母さん" に変身できる♥

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

不器用さんでも再現しやすい三つ編みスタイル





このヘアの作り方

顔周りに後れ毛を少し残しおいて、後ろでざっくりと 1 本の三つ編みに♪ 毛先はゴムで普通に結んで OK。三つ編みをランダムに崩してルーズな感じに仕上げれば完成だよ♥



カジュアルだけど女らしいモノトーンが主役のスタイル♥

ラブレスで買ったお洋服たち♪ クロコのバーキンとシャネルのアクセを合わせて、大人カジュアル♥ グリーンのクロコが差し色になってかわいい♪ 花柄トップスは透け感があって夏にでも暑苦しくない★

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

大きめな巻きで作る大人のレトロなアレンジ♪





このヘアの作り方

32 ミリのコテで、全て外巻きにしてヘア全体が大きいカールになるように巻くよ♪ 巻き終えたらカールがまとまらないように、クッションブラシでしっかりほぐすのがコツ！



歩くたびに揺れる軽やかなデザインに視線が集中♪

ワンピースは randy というセレクトショップのもの。スリット入りでセクシーだし、歩くと揺れる素材感がかわいい。帽子は SENSE OF GRACE ので、バッグはセリーヌ♪



お姉さん 5 人目♥

再婚と偽父

子供の頃の根本サンの話

根本弥生 26歳

専属モデル（東京都） 独身・子供なし

実父ガチDV、偽父メンタルDV
"お父さん"ってよくわからない

「え、うちも片親だよ〜。離婚系？それとも死んでる系？」生まれ育ったところは、片親が"普通"な環境で、不幸とは思ってなかった。本物の父親はガチDVな人で、保育園を卒園する頃にはお母さんと2人だった記憶がある。偽父は小学校に上がった頃からいたっぽい。小3の時に妹が、そのあと弟が生まれて、それまでそこそこ優しかったあいつと関係が一気に悪化。今でこそめっちゃ仲いいけど、えこひいきされてるから妹弟も大嫌いだった。

当時住んでたのはリビングと寝室とキッチンしかない家で、妹たちが生まれて自分の居場所がなくなった。リビングにはあいつがいるから行きたくないし、寝室は散らかすから入っちゃダメって言われるし、キッチンにいても邪魔って言うし、結局邪魔って言われる。顔を合わせれば、何を言われてもとにかく「はい」「はい」「はい」って聞き流す。あいつはそれも気に食わないから、何か怒ることを探し出して、2、3時間説教タイム。いじめいじめ…全部理不尽。こっちもあっちもお互いいるだけで腹が立つ。次の日も学校だってわかってるのに、わざと夜中にそれを繰り広げる。お母さんはその時あいつの味方だったから何も言わなかった。実父ガチDVで偽父メンタルDVって、どんなコンボだよ。よくお母さんもこんなDV気質なやつを寄せつけるなあ…って思ってた。

そのうち隠れてあいつの財布からお金をパクってた。だんだんお母さんの前でもやるようになって「やめなよ」とか言われるけど、「いやいや、精神的苦痛を受けてるから慰謝料代わりでしょ」って。そういうの見ててお母さんもだんだんヤバいと思ってたみたい。中2、3くらいから、こっちの口が達者になっていくし、だんだんあいつも手をあげるようになった。首元掴まれて外に投げられたり、脚を思いっきりぶっ叩かれたり…。自分で思ってる以上に追い詰められてたらしくて。一回マジで殺してやろうと夜中に包丁を持ち出して、あいつをまたいだところでお母さんが目を覚まして、「ちょっと待て待て」と。さすがにお母さんもこの子の精神がヤバいって思ったらしく、急遽お母さんと私が家を出て2人で暮らすことになってせいせいした。だけどあいつが一人で妹と弟を育てられなくなってこっちが4人家族になり、結局離婚。お母さんはさすがに「もう結婚は懲りた」って言ってる。

いなくても生きていけるから、"お父さん"ってよくわからない。仲いい家族見てるといいなあとは思うけど、人んちのお父さんとも接し方がわからない。そんなこんなの影響かなあ…。波がないと生きていけない。今もあんまり安定してることってないかも。気づいたらウェーブが来て、乗ってる。でも彼氏とか友だちとか、人に裏切られても人間不信になることは、なぜかない。人を見る目がないから、学習しないしすぐ信じちゃう。で、また痛い目に遭う。終わっちゃえばネタになるなって、もう割り切って生きてる。まあ色々あったけど、今はハッピー。

子供は親を選べないけど、自分なりに折り合いをつけて生きていくことはできる。今の様子からは想像もできない、幼少期のお話。

MAKE PROCESS

カラコンはメイク後に入れる派。そもそもカラコンなしで盛れてないときは、カラコン入れても盛れないんですよ♥





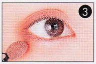
A. スガオベースブルー B. ケイト 02 CM・A・C コンシーラー W10/NC20 D. チャコットパウダー EM・A・C ウェルドレスト F. メイベリン ハイライター

ファンデは首まで塗る★
A は顔全体。B は首まで。じゃないと顔だけ白くなる😈 C の左は肌荒れ隠す用で右は目の下用。D は顔全体、EF の薄い色を混ぜて頬骨の下に！



シャドーはもう売ってないの💧 これが最後の1個。A. ミスリリア アイシャドー B. ラブドロップス涙袋ウルミアイライナー 02

ぷっくり涙袋を作るよ★
A の右下と左上を MIX して涙袋に♪ 左下で影を描いて、B はぷっくりした涙袋の部分の真ん中あたりに ON😈 ラメ入りでツヤツヤ。



A. ミスリリア アイシャドー

シャドーでタレ気味に♥
ガイドライン通りにシャドーを重ねる♥ 左下をアイホール全体にのせるけど少し目尻濃いめ😈 下段 2 色は下目尻の同じ場所に重ねてタレ目😈



A. ケイト スーパーシャープライナー BK-1 B. 同 BR-1

全体はブラウン、隙間は黒
黒目上が気持ち太くなるようにして A でラインを描く。まつげの隙間を埋めるのは B。見えるところはブラウンで描かないと濃くなりすぎる！



A.Dolly Wink アイラッシュ No.2 B. 同 No.14

縦に大きい丸目が理想♪
上つけまは A。下は B を使用♪ A は黒目の始まりからつけて、真ん中は毛先が上向きになるようにしてる。B はキワより少しオーバー😈



ヴィセ リシェ カラーリング アイブロウパウダー BR-2

眉パウダーでボカす★
軽くタレ目っぽくしたいので、下目尻 1/3 に濃いブラウンパウダーをのせます★ 下つけまをキワからズラしてつけてるので、隙間を埋めて修復♪



ケイト スーパーシャープライナー BR-1

下つけま後にラインを延長
つけまをつけるとアイラインがちょっとしか出てなかったりするので、このタイミングで目尻延長ラインをしっかり描いておく！



A. ヴィセ リシェ カラーリングアイブロウパウダー BR-2 B. ケイト アイブロウカラー N LB-2

ペンシルよりパウダーが◎
自眉があんまりないからペンシルじゃ描けない…。眉全体を A の下の濃いブラウンで描いたあと、B を馴染ませて髪色と合わせるよ😺



面長軽減のノーズテク★
A の上の茶を眉頭〜小鼻上まで。鼻先まで入れると面長に見えるからココで止めてる！ B は白っぽい部分を中心にブラシに取って、ササッと♪

A. ヴィセ リシェ カラーリングアイブロウパウダー BR-2 B. メイベリン マスターフェアリー ハイライター SO2



グロスは中央にたっぷり♪
リップは A、B、C の順で塗ってるよ😈 唇がぷっくりする成分入りの B は真ん中だけに使用！ あんまり唇にボリューム出すと面長に見えちゃう💧

A. ロレアルパリ カラーリッシュルージュ B101 B. ラシャスリップ 207 C. ビューティマインズ オイルケアティント 05

YAYOI'S HISTORY

中学時代の私服は上は T シャツで下は学校の運動着が定番コーデ！
高校に入ってギャルの友達ができてそこからおしゃれに目覚めたよ♥



eggのモデル仲間と江ノ島へ行ったときのプリクラ♪

egg には 17 歳〜22 歳まで出てて毎年夏は江ノ島の海の家でずっと遊んでた。とはいえ水が嫌いだからヒザまでしか入らないけど😺



髪を染めたくて気が狂いそうで高3で高校中退！

学校と髪色を天秤にかけた結果、髪色を選んだ！ egg でもピン企画に呼ばれるようになってたし学校はもういいやみたいな（笑）。



小悪魔ageha を愛読。さくりなちゃんになりたい！

egg に出るか出ないかの頃で、他のギャル誌のスナップにちょこっと出る程度。当時はゴールズインフィニティーとか着てた😺



平日は髪を巻いてせめてものおしゃれ♪

校則が超厳しくて長期休みとか土日しか染められなかったから、巻き巻きにはしてた。でっかいかまぼこみたいなポンパも定番♥



テンションが上がりまくり突発的に髪色をピンクに！

時々髪色を激しくしたくなることが多々あってこれもその一環。赤髪、オレンジ、ガンメッッシュ、部分白メッシュ…色々やった♥



egg卒業→エスカワへ移籍。まだまだギャル期★

もしかすると 21 歳かも？ というのも毎年夏はストライプヘアにすることにしていたから、自分でもわかんなくなるんだよね（笑）。

惑わされ気づけば薄メイクになっていた迷走期！



当時の事務所に「今後は甘ギャルみたいな感じで行こう」とアドバイスされる内にどんどんメイクが薄くなっていき、このありさま😺

FASHION&HAIR ARRANGE

体が水に濡れたりするのが嫌で、汗かくのも嫌。
今年の夏は暑かったから涼しげコーデで少しでも爽やかに過ごしたい

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

定番の巻き下ろしはふんわり仕上げて爽やかに♪







このヘアの作り方

25 ミリのコテを使って、耳下くらいから MIX 巻きにしていくよ♪ 前髪の毛先をアイロンでカールさせることで、ふんわりとした柔らかい印象の仕上がりになるからオススメ✧



一気に夏っぽくなる柄ベアとデニムの破壊力★

ベアは CHEER CLOSET のもの。ペプラムシルエットがお気に入りだよ★ デニムは GYDA で 1 万円弱、靴はロイヤルパーティで 5,000 円くらいでした♪ 夏っぽさをアピールしたのがポイント。

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

巻いてねじって留めるだけ真夏の簡単アレンジ✧







このヘアの作り方

全体を 25 ミリのコテで MIX 巻きにするよ♪ センター分けにしたら、前髪をねじりながらナナメ後ろに持っていって、しっかりピンで留めるだけ★ 簡単なのにやった感がある♪



幻の柄パンツが主役のオリエンタルコーデ

キャミもパンツも私のセレクトショップ CHEER CLOSET の。ただ、パンツは急遽販売できなくなっちゃって…悲しみ💧 バッグはルミネエストで買ったもので、サンダルはスパイラルガール😈

それからのお話——。



今まで黙っていた、あのこと

加賀美早紀 33歳

専属モデル（東京都）既婚・子供なし

2017年のある日、ブログで発表して以来触れてこなかった体のこと。現在の状況や同じことで悩んでる子に向けて、エールを送ります。

去年の3月、子宮頸がんのステージ3ということをブログに書いたらネットニュースになって驚いた。その後も全然普通に暮らしてるから、そんな大げさなお話じゃなかったんだけどな…。そうこうしてるうちに、「アクセス数増やすための釣りだったんだ」とかそういうコメントも来たりして、もうそれ以上言う気がなくなった。それで、今までずっと沈黙を貫いてきたの。

沈黙してきた理由はもう一つあって、私のブログに心ないコメントがたくさん来たから。私個人に対する悪口ならいいんだけど、「そんな病気になるのは男とヤリまくってるからだ」とか…。そういう偏見と誤解に満ちたコメントがいっぱい来て。今、子宮頸がんになっているコたちもそういう目で見られかねない。これ以上話題にならないように子宮頸がんに関して発言するのはやめとこうと思った。良くないイメージやデタラメな噂が流れてしまうくらいだったら、言わないにしよう。そう思ってたんだけど、子宮頸がんと診断されて治療をしている人の中にも悩んで誰にも言えなかったりする人も多くて。「派手な女は遊んでる。だから病気になるんだ」っていう、よくわからない偏見やイメージがあるみたいだから、「そうじゃない」って言いたくて。

だって体のことで悩んで誰かに相談したくなっても、「遊んでるからじゃん」って思われたら怖くて言えなくなるよね、わかる。実際DMで私に相談して来てくれたコの中にも「変なイメージ持たれたくないから彼氏にも言えない」っていうコもいたから。〝そういう病気ではない〟ってことを声を大にして言いたい！　女性なら誰もがなりかねないことなのに、偏見で物を言うから女性がさらに傷つくことになる。

ちなみに私が病院に行ったのは、元々生理不順で2カ月くらい生理が来ないとか、そういうことが多かったからちゃんと検査をしておこうと思った

恥ずかしくない、変じゃない。偏見に負けないで

のがきっかけ。最初の病院では思いっきり引っかかっているって言われて、「ステージ3の可能性がありますから急いで精密検査受けに行ってください」って。でもそこで紹介された大きい病院へ行ったら、「今すぐどうこうではないけど、定期検診を受けて様子を見ていきましょうね」という状態。でもその後行った3つ目の病院では「やっぱり数値として出てますね」って。そういう感じで色々言われて、現状は「要経過観察」。今、定期検診を受けている病院は1つ。ガンに長けている病院だからこちらの不安な気持ちを理解して受け止めてくれる。まぁ病院行く数日前は不安定になるけど、顔が一番のパワーだと思って日々ハッピーに暮らしてます（笑）。今なんでもない人でも検査は受けたほうがいい。淡々と進むし一瞬だから意外と恥ずかしくないし、思ったより痛くない。生理痛のほうが痛い。検査をそんなに重いものと捉えないで「風邪ひいたから病院来ました」くらいの感じで。自治体の検査なら、無料だったり数百円でできたりするから。将来心の底から好きな人ができて「この人の赤ちゃん産みたいな」って思ったとき手遅れにならないように。「あのときちゃんと検査しておけば良かった」って言う後悔だけはしないように…。

MAKE PROCESS

コスメはあんまりコロコロ買い換えないほう。何を使うかよりも、“どう使うか”のほうが重要だから！　高いコスメを買うよりメイクの腕を磨いたほうが良い✧



キツく見えないメイクが目標！　まだまだ修行中♥





A. リコアセラム DDS ザ ホワイト UV エッセンス B.RMK ジェルクリーミィファンデーション 103

まずはベースとファンデ♪

最初に日焼け止めにもなるAを顔全体に伸ばす✧　次にBも同じく顔全体に伸ばして馴染ませる★　ヨレちゃうからファンデは手で塗ってるよ。





メイベリン SP ミネラル リキッド ロング キープ オークル1

陰影を作って立体的に

自分の肌より1トーン暗い色のファンデを顔の真ん中に塗る。このファンデだとマットになるしRMKはカバー力が足りないのでいいとこ取り♥



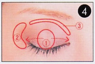


A. トワニー カバーN OR B. キャンメイク クリームチーク 14 C. セザンヌ シェーディング D. シャネル プードゥル ユニヴェルセル

クマを隠したり色々と♪

オレンジがクマ隠しに良いAを目の下に♥　Bは頬骨下、黒目のちょっと外側に馴染ませるよ。Cは薄づきだから輪郭に適当に、Dは軽く♥





マリブ ビューティ セレクションアイズ 02

シャドーを重ねて立体感✧

シャドー①をまぶた中央に置いてから左右にスッスッと伸ばす★　②はアイホールの目尻と下目尻に。③は目の上のくぼみ部分にのせてるよ♪





A.M・A・C スモールアイシャドウ テンプティング B.msh ラブライナー リキッド DBR

シャドーとライン★

Aを上まぶたのキワにのせる。そのあとBを使って上ラインを引く。ちょうどいいコゲ茶で、ブラウンのライナー使ったことない人にオススメ♪





キャンメイク ニュアンスライナー 02

黒目の下だけ粘膜ライン♥

顔が濃いので黒ラインだとキツく見える。透き通った感じにしたいからラインは茶色派。ちなみになぜ黒目下だけかというと三白眼だから★





A. メイベリン ボリューム エクスプレス マグナム 01 ブラック B.DAZZSHOP プレスド アイブロートリオ 1

まつげとまゆげが完成！

マスカラはウォータープルーフ派。塗ったぶんだけバサバサに！　最初根元に押し当ててからスッととかす。眉はBで眉山下を軽く描き足す😊





A. エルファー ハナ高パウダー パールホワイト B. ダイヤモンドビューティ ブラッシュ No.4

ハイライトは頬と鼻筋に★

鼻筋にスッとのせるのはA。すごいギラギラだから小さい筆にとって薄〜くのせる。Bのハイライトは目の下にのせて目元を明るく見せてるよ★



チークは顔色が悪い時に

このチークずっと使ってる😊 顔色悪いとか、ちょっと薄いなって時に♥　頬の高い位置にのせたあと、境目をハイライトで軽くボカしたりも✧



肌馴染みのいい色。M・A・C ミネラライズブラッシュ デインティ



重ね塗りして理想の色に♥

最初にAで潤わせてから白っぽいB、Cで色を足してDでツヤをのせる感じ✧　ピンクベージュっぽい色にしたいからリップを塗り重ねてる😺



A. アベンヌ 薬用リップスティック B.M・A・C リップスティック フレッシュポット C. 同 クリームシーン D. シャネル ココルージュ 728

SAKI'S HISTORY

女優さんをしていた時代も、それからもいうこと聞かない子。
基本自分のやりたいことを自由にやりたい“不良”だったよね（笑）。



19歳

勝手に肌を焼いちゃったりしてよく怒られてた★

16歳でひとり暮らしを始めてだいぶ慣れた頃。当時はガラケー3台持ちとかしてた。どう使い分けてたんだろう。時代を感じる😊



22歳

メンズの服をかわいく着る技術を身につけ始める♪

大人っぽいものが好きになって暗めの服ばっか着てた。古着屋さんも好きでよく行ってたな。ちなみにこの時の携帯はスライド式★



24歳

事務所に相談も報告もなく髪を切って怒られる💧

つるんとしたマッシュルームボブにしたくて切っちゃった。毛量が多いから似合うはずだと思って♥　この頃はSLYとか着てたな♪



26歳

思うところあって女優引退。好きなことをやり始める。

日サロ店員とかショップ店員したり、バーで働いたり、やりたいことをエンジョイ。riendaで働いてたから服もイイ女系だった♥



27歳

ここまでのド金髪はちょっとレアかもしれない♥

普段、赤茶系の髪色が多いから今見ると新鮮。やたら買い物をしてた気がする。服とか、値段も見ずにコレ、コレ、コレ、みたいな♥



28歳

姉ageha で初登場にして専属デビューを飾る！

モデルとかしたことなかったから毎回テンパりまくり。どうしたらかわいく写れるのか？　ポージングとはなんぞや？　みたいな（笑）。

FASHION&HAIR ARRANGE

最近はヌーディカラーにハマってる😊　昔は黒が好きだったんですけど
趣味嗜好が変わってきたみたい♥　大人っぽくてかわいい♪

このコーデに合わせたい アレンジはコレ♥

サラサラストレートはキレイなお姉さんの代名詞✧





BACK



SIDE

このヘアの作り方

アイロンの熱から髪を保護するトリートメントを事前に馴染ませる。全体にサラサラ感が出るように、丁寧にアイロンを。最後、毛先にツヤが出るオイルなどを馴染ませて✧



基本的にシンプル好き😊 ヌーディカラーで余裕感を✧

最近ハマってるベージュが主役✧　ワンピはどこのか不明。バッグはシャネルで靴はジミーチュウ！　女性的なんだけどエロくない、みたいな雰囲気を出せるヌーディカラーが好き♥

このコーデに合わせたい アレンジはコレ♥

計算されたルーズ感が重要 大人のフェミニンアップ♥





BACK



SIDE

このヘアの作り方

まず全体にオイルかワックスを馴染ませて、まとまりやすくしておくよ。顔まわりに、少し多めに遅れ毛を残して後ろの低い位置で1本に結ぶ♪　最後に全体をルーズに崩して完成！



動き回る日は肩掛けバッグの登場率が高い★

トップスはグラムリップスで、バッグはシュープリームララ。靴は cenerentola♥　基本的に、こういう肩掛けバッグの日ってお買い物することが多い✧　快適に歩き回れる♪



私、浮いてる?

けいこ 34歳

自分の居場所に迷った過去

専属モデル（滋賀県）既婚・息子1人・娘2人

なりたい自分より、今の私を一番良く見せたい

何かを気にしておとなしくなるのは嫌。でも、もしそれが自分から変わりたいと思って変わった場合はどいうしたらいいの?

今回、年表に載せるための写真を探しながら昔のアルバムを見ていたら、すごく遠くに来てしまったような気がしました。いつの間に、私はこんなにナチュラルな人になっていたのかなって。SNSでコメントをくれる人たちは、「〝姫〟のときのけいこさんも好きです」と言ってくれる人が多いけど、今しか知らないコたちの中には「昔の写真を見てショックを受けました」という人もいたり。自分でもこんなに派手だったんだって驚くから、わかるその気持ち（笑）。昔はナチュラルっていう言葉が大嫌いだったんです。お人形さんになりたくて、生きているけど生きていない感じになりたかった。

ティアマンテを辞めて地元に帰って3人の子供のお母さんになって…。だんだんと自然に装飾が取れていったのかもしれません。田舎だから地味にしなきゃとか、周りのお母さんから浮かないようにしなきゃとか、そういうことを意識して変えていったわけではないから。ごく自然に、気づいたら今の私になっていたっていう変化…。

多分、求めるものが〝なりたい自分に必要なもの〟ではなく、〝今の自分が一番良く見えるもの〟に変わっていったんだと思います。その時の自分に似合う髪色や似合うテイストのお洋服、そういうものを求めてる。

〝今の自分が一番良く見えるもの〟を求めるようになると、すべてが変わる気がします。昔は、青味がかった白肌になりたくて、その白肌に合う髪色やお洋服を選んできたけど、本当の肌色はイエロー。しかも年齢的に少しくすんでもいて、そういう肌をカバーできるのはちょっと暗めの髪色だったりする。ピンクのリップでも、白っぽいピンクよりベージュ系が映えるし。

そんなふうに考えていくと、なんだか私、ちょっと姉アゲハのモデルさんたちの中で浮いてるんかなあって思ったりもして…。3、4年くらい前かな、ちょうどその頃、髪を真っ黒にしたいなあと思って、暗くしたことがあったんです。でも、そのときは雑誌的に黒髪はNGが出て、「ああ、やっぱり姉アゲハではダメだったかあ…」と思って。そのへんから「私、姉アゲハのテイストに合ってないんかな?」って思うようになったかな。でも、ここ1年くらいで、自分の気持ちも含めて、少し流れが変わってきたような気もしてます。

ちょっと前に、〝黒髪に似合うメイク〟というタイアップのお仕事で声がかかって。クライアントさんも、「けいこさんで即決でした」と、言ってくれたと聞いて、そういう人もいるんだって思えたんですよね。

みんな派手でキレイで明るい髪色の中に黒髪の人がいる。それはそれで需要があるかもしれないなって、私自身も思えてきたのかも。読者の中にも黒髪にしなきゃいけないコがいるかもしれないから、それはそれで必要とされることもある。派手なのが好きだけど派手にできない。そういう人の参考になれたら嬉しいです♥

MAKE PROCESS

メイクはとにかく汚なくならないように気をつけてます✧ マスカラとか雑に塗っちゃうとすぐダマになるので…清潔感が大事です♥



万人ウケする清潔感たっぷりメイクで愛されママに♥





A. ブリリアージュ メイクアップベース フェイスレスポンサー B. 資生堂 スポッツカバーファウンデイション H100

1 お肌のトーンをアップ♪

まず A の下地を顔全体に。下地だけどカバー力もあってトーンが上がるのが◎♪ B は気になる部分や頬の赤みをカバーするために使用✧





エスプリーク メルティフィックス チーク BE300

2 チークのベースを仕込む♪

ベースを仕込むと、あとからのせるチークの発色が良くなる♥ おでこ、頬、あごにのせて馴染ませます。こうすると小顔に見えるらしいです😊





ブリリアージュ オーセンティックウーマン シルキーベージュ 40

3 パウダーファンデを ON★

毛穴とかをしっかりカバーしてくれるファンデなので、小鼻など気になる部分に重点的に馴染ませ、顔全体に薄く広げるように馴染ませます😊

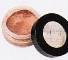


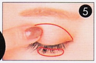


A. 資生堂 アイブロウペンシル 2 B. ケイト ディメンショナルパレット C. キスミー ヘビーローテーション アイブロウ 04

4 左右のまゆげを揃えます★

まず A で眉尻を描き足して、B のパウダー 2 色を MIX してボカす♪ 最後に C でほんのり明るくして左右対称になるように調整するんです✧





コスメデコルテ AQMW アイグロウジェム BE382

5 シャドーはあえての単色！

あんまりきちんとグラデーションを作るのは今っぽくないかなと思って、あえて1色にしています♥ アイホールと黒目の下あたりに入れます。





エスポルール カラー アイライナー BK 204G4

6 アイラインはとにかく細く

ラインを描くのは上だけ。とにかく細くキワに描いて自然な仕上がりに✧ 目尻もハネさせずに延長線上にスッとはらうくらいの感覚ですかね♥





キャンメイク ラッシュフレーム マスカラ 01

7 まつエクにマスカラを♥

まつエクなのでビューラーはせずにいきなりマスカラを塗ります✧ 塗るのは上まつげだけで、とにかくダマにならないように気をつけながら♥





アイシャドーがセット♥ アディクション ブラッシュ 109

8 チークは自然な発光ピンク✧

頬の上のほうに横長にチークを入れます♥ チーク塗りましたっていう色じゃなくて、肌の内側からそういう色がにじみでてるような発色♪





THREE シマリング グローデュオ 01

9 肌なじみのいいハイライト

Tゾーン、Cゾーン、上唇の山の上、アゴにハイライトを馴染ませて自然なツヤを仕込む✧ 肌が自然とツヤツヤしているような仕上がりに♪





ヴィセ リシェ カラーポリッシュ リップスティック RD421

10 夏から秋にかけて使えそう

リップは1本でしっかり発色するものをセレクト♥ パッと見赤いんですけど、塗ってみるとローズピンクっぽくて秋に向けて使えそうな色♪

KEIKO'S HISTORY

生きてるお人形になりたかったディアマンテ時代も、
ナチュラル志向な現在もずっとかわいくありたい気持ちは一緒♥



ディアマンテ後期は楽ちんなウィッグを愛用♥

結婚して母になりたいという夢もあったし、いろんなお洋服を着たい気持ちも高まったタイミングでディアマンテのけいこを卒業♪



小悪魔 ageha でけいこ人形として一躍人気者に✧

21歳でディアマンテ入店。髪を巻くのも化粧もこの頃にめっちゃ早くなりました！ 主食はチョコレート。体によくないですね…💧



高校1年生。旦那さんとつきあい始めて1カ月♥

1年つきあって、一度お別れしたあと高校卒業後に再会＆復縁♥ ちなみにこの当時はメンズのダボダボの服とか着てました😊



2人目妊娠中も撮影皆勤賞そして3児のママに♪

最近落ち着いたけど、年子で3人産んだから育児と家事で毎日バタバタ。おかげでいろいろを同時にできるスキルが身についた♥



撮影のときだけ滋賀から上京する生活へ♪

1人目が生まれた頃のプリクラ♥ 地元の暮らしは大切だけど、東京も好きなので撮影で上京できる機会があるのはやっぱり嬉しい😊



妊娠中に姉 ageha1 号目の表紙に抜擢される♥

妊娠9カ月のときにさやかちゃんと一緒に表紙撮影。この時お腹にいた息子も今は小学2年生になりました。月日が経つのって早い！

FASHION&HAIR ARRANGE

本当にご近所に行く時用とお出かけ用とで選ぶアイテムは変わりますが
基本はカジュアル★ 家族と過ごすアクティブなママです✧

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

オフショルには A ライン巻きがよく似合う✧







このヘアの作り方

全体を 32 ミリのコテでゆるーく MIX 巻き♥ 巻き終えたらアイロンで毛先だけ外ハネ、内巻きを交互に繰り返します。全体が A ラインになるように軽く指でほぐしたら完成♪

リゾート感が出せるオフショルワンピが主役♥



ワンピースって、よそ行き感があるから好きです✧ さらにオフショルだとリゾート感も出せるのでお気に入り♪ ワンピは ZARA、バッグはティティベイトで靴はコンバース✧

このコーデに合わせたいアレンジはコレ♥

キャップからこぼれ落ちるくるくるカールがフェミニン♥







このヘアの作り方

キャップをかぶったあと、顔周り、耳後ろ、えりあしと後れ毛を多めに残して後ろで結ぶ。残しておいた毛を 25 ミリのコテで巻いて、全体にニュアンスを出したら完成です♥

キャップにデニムで気軽にフラッとご近所へ



Tシャツはユニクロで 1,000 円で、デニムはティティベイトで 5,000 円くらい★ サンダルは GU でキャップはマウジー、バッグは ZARA ♥ 背伸びしない、普段の私っていう感じのコーデです✧



お姉さん8人目♥

杉山佳那恵 33歳

働きマンモードが加速中★

専属モデル（東京都） 独身・子供なし

メイクは自分を強く見せてくれる武装アイテム★

メイクは自分のスイッチ。ヤル気につながるというか、ちゃんとメイクしてると「よし、頑張ろう!」って気持ちになれるんだよね✧

MAKE PROCESS

かわいい系よりもキレイ系のメイクが好き♥　それは結構前からで、キリッとしたメイクしてると気持ちもキリッとするの✧



❶ ベースは顔全体にたっぷり

まずは顔全体にまんべんなく下地を塗る♪　保湿力が高いって言うか、塗れば塗るほどしっとりする下地だからたくさん塗ってるよ

白浮きしないちょうどいい色。RMK クリーミィ ポリッシュトベースN



❷ ファンデはポンポン置く♪

おでこと頬にポイントで置いていってから伸ばすよ。顔全体に伸ばすけど、特に頬の毛穴が気になるからそこを中心に馴染ませてる♪

カバー力◎。DiorFOREVER アンダーカバー 24H フルコラージュ 010



❸ コンシーラーはポイントで

メイクの JunJun に教えてもらったコンシーラーはカバー力がすごい！　使う場所はその時々だけど、ニキビが気になるところに ON♥

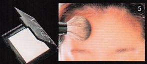
手で塗る。クレ・ド・ポー ボーテ コレクチュールヴィサージュｓ PO



❹ ファンデーションは薄く★

パウダーファンデは大きめのブラシを使ってサッと軽く薄くのせてるよ✧　頬の毛穴が気になるから、そこは気持ちしっかりめに♥

コフレドール シルキィフィットパクト（モイストキープ）オークル C



❺ ハイライトをサッとのせる

Tゾーンとあごにのせる♥　これも大きめなブラシを使ってよーく馴染ませるのがコツ✧　見た目白いパウダーだけどのせると自然。

NARS ライトリフレクティング セッティングパウダープレスト N 1412



❻ あごをシュッと見せたい✧

シェーディングはフェイスラインに沿って馴染ませてる。その流れで首にも軽く伸ばすよ。じゃないと顔と首で色が違っちゃう！

M・A・C ミネラライズ フィニッシュ／ナチュラル ミディアムダーク



❼ 眉パウダーは全体に ON★

濃い色２色を MIX して、眉尻側から眉頭に向かって馴染ませていく★　まゆげを描いたらそのままの流れでノーズシャドーをのせる✧

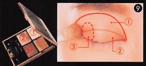
定番の眉パウダー。ケイト デザイニングアイブロウ 3D EX-4



❽ ついでにノーズも入れる

まゆげを描く延長でノーズシャドーを描くよ。ノーズは、一番薄い色をブラシにとって眉頭から鼻先までまっすぐ自然な影を作る♥

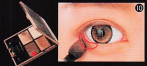
ボカして馴染ませる。ケイト デザイニングアイブロウ 3D EX-4



❾ ほんのりとグラデにする

①をアイホール、②を二重幅より少し上、③は目尻側に重ねて薄いグラデに。がっつりブラウンじゃなく、薄づきシャドーで大人っぽく★

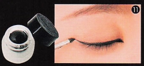
発色が上品。ルナソル スリーディメンショナルアイズ 01



❿ シャドーで目尻に影を★

上まぶたの目尻と同じシャドーを、下目尻３分の１くらいにも ON！　ここに影を作らないと目がキュッと上がって見えちゃう

色がキレイ。ルナソル スリーディメンショナルアイズ 01



⓫ ラインは目の形に沿って！

目頭から目尻までキワに沿って描く。目頭はしっかり、目尻は少しハネ気味で軽くオーバーめに★　目頭に描かないと目が弱い…。

ラインは上だけ。ケイト ラスティング ジェルアイライナー N BK-1



⓬ 上つけまは芯があるものを

芯とまぶたのお肉がくっつくから目の開きがよくなる。芯が透明なつけまだと、こうはならない！　自まつげも自然と上向きになるよ♥

デコラティブ アイラッシュ PLAY SEXY ＃7



⓭ 下つけまは透明な芯が◎！

上つけまは黒い芯が重要だけど下は透明な芯が◎。いかにも“つけまつけてます”っていう感じにしたくないから、キワに沿って自然に★

ダイヤモンドラッシュ ハニー eye



⓮ チークは３色 MIX♪

高い位置にチークを入れると若く見えるって TV で見てからそうしてる♥　高めの位置に、横に細長く入れて顔をシュッと見せる感じ♪

ルナソル カラーリングソフトチークス 01



⓯ 唇の山を作るのが重要★

アイメイクがくっきりしてるから、バランス的にリップもくっきり！　上唇の山をしっかりフチどるよ♥　リップ１本でシンプルに仕上げ✧

１本でキレイに発色する♥ ゲラン KISS KISS 574

FASHION&HAIR ARRANGE

私服は私がやってるブランド、Bloomin のアイテムばっかり♥　ラフだけど女っぽいとか、要素が MIX されてる感じのアイテムが好き！

このコーデに合わせたい アレンジはコレ♥

セミウェットな質感で巻き下ろしを大人っぽく♥



BACK　SIDE

このヘアの作り方

32 ミリのコテで中間から MIX 巻きにする。全部巻けたら、セミウェットなスタイリング剤を馴染ませて✧　自然な束感やしっとりした質感を出すことでニュアンが出る♥



一枚で着てもかわいい大人のTシャツコーデ✧

トップスとボトム、ソックスは全部 Bloomin♥　バッグと靴はバレンシアガ✧　カジュアルだけど肩が開いてたりっていうデザイン性があるものを選ぶとオシャレになる♥

このコーデに合わせたい アレンジはコレ♥

アップヘアは後れ毛を出すことでフェミニンな印象に♥



BACK　SIDE

このヘアの作り方

後れ毛を残しつつ、髪全体を後頭部の高い位置でひとつに結んで毛先をランダムにまとめピンで留めるよ★　後れ毛は 25 ミリのコテでゆるく巻いて動きをつけるよ♪



柄アイテムを小物使いでお姉さん仕様に着こなす

オールインワンとメッシュブーツは Bloomin。バッグはシャネルでイヤリングは mana-eia。チョーカーはシェルターで購入♪　小物はブラック統一で、ちょっと締めたのがポイント！

このコーデに合わせたい アレンジはコレ♥

キャップに合わせた楽ちんシンプルなまとめヘア♪



BACK　SIDE

このヘアの作り方

髪全体を後ろ低めの位置でひとつに結んで、32 ミリのコテで MIX 巻きにするよ✧　全体的に巻き終わったら手でカールを割いて、ふわっとさせれば完成♥



キレイめとカジュアルの中間を狙った欲張りコーデ✧

キャップとバッグはバレンシアガ♥　ワンピースと靴は両方 Bloomin だよ！　ワンピにスニーカーを合わせて、カジュアルだけどカジュアルすぎないちょうど中間を狙ったスタイリング✧

KANAE'S HISTORY

「就活したくない」から始めたモデル業だったけど、事務所でのいじめ、上京を経て絶対にこれで生活するって決めて成り上がった！

祝・姉 ageha 専属。仕事も昇り調子になってきた！

良い仕事が舞い込むようになり人生充実。恋愛よりも仕事優先になっちゃって、当時彼氏と別れてから今に至るまでほぼ彼氏なし（笑）。



28 歳

フリーのモデルとして活動。そして姉 ageha 初登場♪

当時は読モとしていろんな雑誌に顔を出してて、姉から声がかかったのも 25 歳。出たかった雑誌だったから「やった！」って思った♥



25 歳

プリクラモデルとしてキャリアのスタートを切る！

22 歳後半からプリクラモデルに。莉菜ちゃんともそこで出会う♥　その一方で事務所でいじめにあっていて負けん気に火がついた★



23 歳

イベサー活動でファッションショーに出演♪

キャンサミのショーに出る一方、単位が足りず大学４年なのに必死に学校に通う。就活どころじゃないっていうか就職したくない！



22 歳

中高大と女子校育ち。女の世界で生き抜いてきた！

JELLY ってグループを作ってギャル活動。魔法のｉらんどでホームページもやってた。ちなみに大学１年の時、２単位しか取ってない



19 歳

成り上がり



人生の節目っていくつかあると思うけど、私の場合は24歳で大阪から上京したことと、姉アゲハの専属になったこと。専属になってから私の人生は大きく好転したと思ってる。それまですごく安いギャラで仕事していたところも「雑誌の専属になったから、ちょっとだけギャラ上げてもらっていいですか?」って交渉できるようになったり、良い仕事も舞い込んで来るように。ずっとコツコツと積み上げてきたものがやっと実を結び始めたみたいな実感があった。逆に言うと、東京に出てきて専属になるまでの間、先行き考えたら自分の人生めっちゃ不安だった。こんなに頑張っているのに思ったような人生が送れていない。モデルとしてブレイクもしてないし、この先どうなるんだろう、どうしようみたいな。

大阪の事務所にいた頃いじめられて、全然仕事なんて取ってきてもらえないから自分で自分の営業してた。バイトしながらお金貯めて、やっと上京。雑誌の専属モデルになりたくて、めっちゃいろんなことしてたよ。どんなに小さい扱いでもなるべくたくさんの雑誌の撮影行ったり、ニコ生とか読モが集まる番組とかラジオとか本当に色々。こう言うと仕事多そうに聞こえるかもしれないけど、当時の読モレベルだとギャラも安い。1日30体着て1万円とか、なんならもっと安い撮影もザラ。それでも絶対にしんどいとか、帰りたいとか口に出さないようにしてた。どんなに安くても自分でとってきている仕事だから、めっちゃ大事。「その日かわいくなかったら終わる!」みたいな気持ちでずっとやってきた。

それまで、この先どうしようっていう不安が常にあった

当時は仕事じゃなくても、遊びでもつきあいでも何かしら毎日予定を入れて出かけるようにしてた。とにかく家にいないように。家にいても何も動かないし変わらないけど、出かけていれば仕事につながる出会いがあるかもしれないから。界隈の友達にも「そういう人おったら呼んでね」って言ってたし。いつも自分の宣材資料を持ちながら飲み歩いてた。何かがあったときに自分を印象づける小道具としてね。行った先で、仕事につながりそうな人と知り合って仲良くなって、「こういうことしたいんです」って話せたらチャンスやない? そういう時、相手は誰だって「そうなんだ、じゃあ何か手伝えることがあったら言うね」ってなるけど、大体社交辞令だよね。けど、「ありがとうございます。資料あるんで今渡しておいてもいいですか?」って言ったら「え、持ってるの? すごいね、本当にやりたいんだね」って印象が強まるし、何かあったときに思い出してもらいやすくなる。やりたいことはやりたいって言わないと伝わらない。だから積極的にアピールしてた。

途中からはバーでバイトも始めたよ。空いた時間は「友達と遊ぶ予定を詰め込む」でもよかったけど、それよりも知らない人が集まる場に行って、新しい人と出会って、そこでつながりを作っていくほうがいいかなって思ったから。もちろんお金にもなるから、そこも大きい。人とつながれて家賃も稼げたら一石二鳥やんみたいな（笑）。

と言っても、正直最初はちょっと嫌だった。「なんで東京に出てきたのに、やりたかったことと違う仕事してるんやろ。本当はモデルだけで食べていきたいのにな」って。店がヒマな時とか、ケータイゲームしながら「何してんだろうなあ、ヒマだなあ、帰りたいなあ、しんどいなあ、どうにかなんないかなあ、この状況」ってモヤッとしたり…。夜バイトして、朝は安い仕事行っての繰り返し。だけど今振り返ってみると、普通に友達と飲み歩いている時より知り合う人の数は圧倒的に多くなったし、ここで知り合った人たちとは今でも仕事の関係でつながってる。今、私の周りにいる人たちはその時知り合った人も多いし、そこで舞い込んできた仕事もある。そう思うとバーでバイトするようになってから、自分を取り巻く状況も良くなっていった気がするな。ちなみにバーの仕事は姉の専属になるまでやってたよ。

そういえば、彼氏が途切れたのも専属になってから。ちょいちょいイイ感じの人はいたけど、つきあうまでは至らないことが多い。ずっと自分は恋愛体質だと思ってた。彼氏がいないと仕事も上手くいかないと思ってたけど、別れた瞬間めっちゃ上手くいった。それからいなくていいやって。なんだ私、全然恋愛体質じゃないや。中学3年から途切れたことなかったの、乗り継ぎ乗り継ぎで。乗り継ぎ電車に乗り遅れたら次の電車来なくなっちゃった。

ただ直径が大きければ良かった時代は終わり、なりたい印象やメイクによってカラコンを選んでます♥

お姉さん世代の私たちが選んだ 運命カラコン♥

第４回は同じフチありでも印象が異なる２種類をご紹介します♥　王道ブラウンなら甘めな瞳に、オシャレなオリーブならアクティブな雰囲気になれちゃう♪　シチュエーションで使い分けて、毎日見ても飽きない旬顔に♥

PHOTO_Shin Chishaki(will creative)　**HAIR**_Ayumi Maruyama　**DESIGN**_Mutsumi Sawada　**EDIT&TEXT**_Anna Kuriyama　**MODEL**_Misaki



アースカラーを瞳に仕込んでレジャーへGO♪

Active Eye

絶妙にぼかしてあるフチから中央に向かってグラデ状にオリーブ色が入ってる✧　自然な発色だから、グリーン系初挑戦でも使いやすいよ♡
ペアクロスS ￥420,000／-K-



女子会・デート・いろんな場面で使える万能顔♥

Feminine Eye

くっきりした黒フチの中に濃いブラウンが点描で配置されているから、瞳になじみやすい✧　会う相手を選ばない好感度高めカラコン♥
アップル ￥640,000／-K-

使用したカラコンはこちら♥



ポニーパレット オリーブ

明るすぎない発色だけど自然にハーフっぽい深みのある瞳に✧　大人でも使いやすい色だよ♪

MAKE POINT



カラコンと目元を引き立たせるためにリップはヌーディーカラーで。少しだけオーバーにM·A·Cを塗ってからラシャスを重ねる♡



自然にふっくら見える♪
理想のベージュに♥　(左) M·A·C ミネラライズリッチ ウェアウィズフレア　(右) ラシャスリップ BR-323



どんなメイクもコレ１つで完成する♥
ベージュ・ブラウン系が10色入った捨て色なしのシャドーパレット★　エチュードハウス プレイカラーアイシャドウ インザカフェ



アイメイクを強調したいから、パレットの右から４番目のゴールドのみをアイホールと下まぶたに塗って、シャドーで囲み目メイクにしてる✧

使用したカラコンはこちら♥



エンジェルカラー バンビシリーズ ショコラ

黒フチ×濃いブラウンでデカ目効果絶大!!　それでいてわざとらしくないのが嬉しい♥

MAKE POINT



ギラギラしない絶妙なラメ感✧
少量でもキラキラしてかわいい♥　リキッドタイプだからツヤもあって、チップつきで塗りやすい♪　ペリペラ グリッターシャドウ #5



大粒のラメをアイホールの中央のみにポンポンと置く♪　立体感が出て目が丸く見えるよ♡　優しいベージュ系を選ぶのもポイント★



キャンディみたいなかわいいコーラルでガーリーな口元に。目の大きさを見せたいからオーバーリップにはしないで形通りに塗る♥



絶対使う最愛コスメ★
何色か持ってるけど、これは微細なゴールドラメが入ってて唇にツヤ感が出る✧　ラシャスリップ CO-329

購読がお得です!!

PHOTO_Nobuyuki Sasaki　HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto　DESIGN_Shigeyuki Ichihara　EDIT&TEXT_Fumie Goto　MODEL_Sayaka Araki

直販でお求めいただくと、毎号こんなおまけがついてきます!!

※デザインは変更になる場合がございます。



2018年11月号

貼るだけで お腹がぽかぽかする MakeUPBodyパッチ♥

韓国でバカ売れ中と噂の、4つの美容エキスと遠赤外線効果でお腹を集中ケアする温熱パッチ★　今回のおまけは2枚入りだよ♪



2018年9月号

BRILLIAGE メイクアップ ベースサンプル セット



2018年7月号

白紗HAKUSA フェイスマスク



2018年5月号

楽々ダイエット 腹巻

♥1冊購読／750円(税込)…送料無料でおまけ分お得!!

♥年間定期購読(6冊)／4,300円(税込)…送料無料でおまけもついて200円お得!!

直販のメリットはこんなにたくさん♥



メリット2

毎号おまけが ついてくる!!

コスメや美容グッズを毎号、無料でおつけします！ 直販だけの特典です♪



メリット1

送料無料で お手元に届く!

ご自宅のポストにお届けします♪　送料は無料なので、買いに行く手間が省けます♥



メリット4

3つのコースから 選べます♥

1冊と6冊と豪華版のコースがあるので、お得感もお財布事情に合わせて選べます♥



メリット3

確実に 購入可能です★

買い忘れや売り切れがありません♥　発売日に時差がある地方の方にも早めにお届け!!

※天候による交通事情などによっては遅れる場合がございます。

送料無料のお得な
直販お申し込みは
コチラから♥

お問い合わせ

☎03-6265-8581

(月～金：10～17時／土日祝日を除く)

INFORMATION

配送料	無 料
お支払い方法	お支払いは以下の方法がご選択いただけます。 ● クレジット払い VISA MasterCard JCB AMERICAN EXPRESS Diners Club International ● 銀行振込 ゆうちょ銀行 店番018　普通8532795 メディアス(カ 記号：10140　番号：85327951 ※銀行振込の場合、ご入金確認後の配送となりますのでご注意ください。
配送方法	ヤマト運輸DM便

お届けまでの流れはカンタン♥

1 上記QRコードから申し込み

「申し込む♥」ボタンより進んでください。
必要事項はもれなくご記入ください♪

↓

2 銀行振込の場合はお振込

お支払いで銀行振込を選択の場合はお振込をしてください。振込後のご連絡は不要です。

↓

3 発売日付近に自宅のポストにお届け

あとは偶数月7日にポストに届くのを待つだけ!!

※多少前後する場合がございます



入金後、
お届けまでは
4～5営業日を
いただいて
います♥

おまけは
お腹が
ぽかぽかする
MakeUP
Body!!

次号11月号(10月6日発売)の直販受付は 9月7日(金)午前0時から!!

おまけつきの 姉agehaは年間定期



年間定期購読は
6号分の
おまけつきで
送料無料!!

※表紙はイメージです。

お姉さんの夏休み課題発表♡

人生に(たぶん)必要な108の質問!!

楽しい夏の終わりには宿題が待っている!

人生には煩悩の数だけ問いがある♥　どうかしている暑さの中、冷房ガンガンの部屋にこもっている全国のお姉さん、生活習慣からもしもの選択まで、自分という人間の傾向がまるっとわかる108の質問をご用意しました!

DESIGN_Mutsumi Sawada　EDIT&TEXT_Midori Sasaki

揚げ物★
ファミチキ
コロッケ
フリスク!
レッドブル!
グレープ味のガム
ビール♥
納豆
コーヒー♪
炭酸水
マンガ!
アイスコーヒー★

#お買い物

物欲がなきゃ生きていけない♪

Q1 コンビニに入ったらついつい買っちゃう物ってなに?

カレーパンとコーヒー牛乳♡

専属モデル（28歳／東京都）独身・子供なし　小原優花

Q2 撮影に来る途中で買った物は?

からあげ棒★

専属モデル（35歳／東京都）独身・息子1人・娘1人　早川沙世

グミとレモンティー♪

専属モデル（34歳／滋賀県）既婚・息子1人・娘2人　けいこ

Q3 インスタで見て買っちゃったものは?

水♥

渋谷ラ・ブーシュデンタルクリニック院長（36歳／東京都）独身・子供なし　木村美和子先生

GUCCIのローファー（莉菜）

「ayuの着用品はよく買っちゃうかも。一番高かったのはAHKAHのオーダーメイドのダイヤのネックレス2コ。5〜60万円だった〜」（優花）、「水着♥」（咲）。

Q4 これまでで一番高い買い物は?

メルセデスベンツ（さやか）

「ベンツに乗りたくて21歳のときに免許取ったからね。結果あんまり乗らなかったけど〜」（さやか）、「フェラーリ♡」（優花）。

750万円だった♥

専属モデル（33歳／東京都）バツイチ独身・子供なし　荒木さやか

専用タクシー欲しい

Q5 あれは良い買い物だったと思う物は?

今住んでるマンション✧（早紀）

「百均のスマホ三脚」（咲）、「今まで乗ってきた車すべて」（優花）、「4Kのテレビとダイソンの扇風機✧」（RIRI）。

Q6 あれは買って失敗だったと思う物は?

部屋に合わないソファー（佳那恵）

「謎に月30万円服代に使うという目標があったときに買った服全部」（りえ）、「50万円の美顔器」（美和子）。

Q7 うっかり衝動買いしがちなものは?

ユニクロのTシャツ♥♡（けいこ）

「犬のおやつとリップ」（弥生）、「スニーカー♪」（佳那恵）、「ポールダンス用のヒール✧」（RIRI）、「インテリア小物」（沙世）。

Q8 いま一番欲しい物は!?

二重幅♥
清掃業&飲食業（29歳／東京都）バツイチ既婚・娘2人　美花さん

スペインの永住権。いや、ふざけてない。本気で言ってる〜

お金でしょ。無限にお金欲しいよね?そしたら家を買う
専属モデル（35歳／東京都）独身・子供なし　桜井莉菜

請求書を作るためにパソコンとプリンターが欲しい!
専属モデル（26歳／東京都）独身・子供なし　根本弥生

圧力鍋♥　いろいろあってどれがいいのか悩み中〜

彼氏!!
広島の看護学生（33歳／広島県）独身・子供なし　青木りえさん

108QUESTIONS! 108QUESTIONS! 108QUESTIONS!

#ルーティン

何気ない生活習慣をチェック!

Q9 毎日必ずやるようにしていることは?

LINEポコポコ（佳那恵）

「半身浴&朝夜のパックは必ず!」（咲）、「お白湯を飲む」（七瀬）。「酵素飲む♥」（美咲）。「ストレッチ」（RIRI）。

三度の飯より半身浴♪

美の伝道師（32歳／東京都）独身・子供なし　真優川 咲さん

Q10 必ず冷蔵庫に入っているものは?

カルピス♪（七瀬）バター（莉菜）レッドブル♥（佳那恵）
卵（けいこ）牛乳（早紀）納豆!（弥生）
チョコ（美咲）酵素ドリンク♪（優花）水!（さやか）
バナナ、納豆、もずく、豆腐、プロテイン✧（咲）
ルイボスティーと炭酸水（RIRI）

Q11 朝何時頃に起きる?

6時15分きっかり✧（けいこ）

「保育園の時間があるから7時。そこから超バタバタ〜」（沙世）、「7〜8時には100%起きて朝ご飯作る♥」（早紀）、「毎日ばらばらだよー♪」（さやか）。

Q12 起きたらまず何をする?

コーヒーをいれる（けいこ）

「犬猫のご飯&LINEマンガのチェック♪」（弥生）、「仕事関係の人に返信✧」（佳那恵）。

Q13 欠かさず見ている番組は?

今夜くらべてみました（RIRI）

「ヒルナンデス!」（けいこ）、「YouTubeのメンタリストDaiGoを視聴!」（咲）。

お気に入りコーデから靴下まで！

#ファッション

Q19 ファッションの系統は？

上品フェミニン系（RIRI）

「キラキラ女子系♥」（美和子）、「シンプル、カジュアル、たまにギャル〜」（弥生）、「スポーティーかフェミニン系」（優花）、「シンプル大人め✧」（早紀）。

一年中夏と秋のはざま

ジュエリーブランド・K・デザイナー（34歳／東京都）独身・子供なし 美咲さん

Q20 自分の中のトレンドは？

どこか露出×ゆるシルエット（弥生）

「おなかを出す」（咲）、「スニーカーコーデ」（優花）、「ドット」（りえ）、「白×グレーの配色♥」（早紀）。

デニム×白コーデ♪

コンビニの黒ソックス派

Q17 キャラソックス見せて！



莉菜はたまたまスヌーピー靴下

佳那恵はミニオン靴下が定番♥

奈々子は何となくベティちゃん

奈々はキャラは何でもいい派★

Q14 ハイブランドのバッグって何コくらい持ってる？ 年に何コくらい買う？

年に5、6コ買う

全部で40コくらい✧（RIRI）

「現役のバッグだと全部で5コくらい。2、3年に1回買う程度♥」（けいこ）、「ブランド品は今はもうほとんど買わないな」（さやか）、「数えたことない」（沙世）。

Q16 服ってどんどんたまっていくけどどうしてる？

そのまんま（莉菜）

「メルカリ」（美花）、「人にあげる」（さやか）、「H&Mの古着回収へ♪」（けいこ）。

Q15 使わなくなったブランド品はどうしてる？

お母さんにあげる♥（りえ）

「年に1、2回、買取業者さんに来てもらってるよ✧」（優花）、「売る！」（弥生）。

Q18 友達がとんでもない服装で現れた！ 第一声は？ どう接する？

「ウワ〜オ！」と言う（咲）

「何があった？　どうした？　と遠回しに」（さやか）、「人目につかないところへ誘う。映画とか」（莉菜）、「変だよって言っちゃうかも！」（美咲）。

Q21 最近のホメられコーデ見せて♡



さやかは水着見せイビサコーデ！

イケてんなと思ってるトップスなんだけど、海外で買ったからショップがわからない（笑）。



弥生はボーダーとドットの柄柄コーデ

RANDYっていうWEBショップのチューブトップと、ドット柄のハイウエストパンツ★



佳那恵はayu様が着てくれたワンピ♪

フード付きのマキシワンピはBloomin。バッグはBALENCIAGA、靴はFENDIだよ



RIRIは夏っぽい幾何学模様ワンピ✧

ベノワ・ピア・エメリーとDURASのコラボワンピでターバン付き。靴はジミー・チュウ♪



けいこはフリルと黒の甘辛コーデ✧

トップス、パンツ、バッグはWEBショップのMODE ROBE。フリルでも黒なら着られる♥



早紀はゆるっと野球観戦コーデ♪

シャツ×デニムが定番。シャツはparanoia paradiso、デニムはブラッパーズ。靴はcenerentola♪



咲の勝負コーデは肩見せ脚見せ★

naoriaっていうWEBのセレクトショップで買ったセットアップ。とにかく脚が長く見える♥



美咲は着やすさ&大人かわいさ重視

SPIRALGIRLのクロッシェコンビネゾン。自分的に白とかベージュ系が盛れる気がする



優花は甘スポーティーコーデ♥

トップスはLily Brown。スカートとベルトはRiina couture。靴はFENDIのソックスブーツ。

え？ もう一回言って

108QUESTIONS! 108QUESTIONS! 108QUESTIONS!

美に関することクエスチョン♥

#ビューティー

Q22 顔面を1カ所だけ完璧に直せるとしたらどこをどう直す？

りんかく削りたい（美咲）

「目と目の間を離したい✧」（弥生）、「顔を卵型に♥」（けいこ）、「今さらいいよもうww」（さやか）。

専属モデル（33歳／東京都）既婚・子供なし 加賀美早紀

鼻のつけ根を細く！

Q23 カラコン、過去最大の直径と今の直径教えて！

昔16.8mm、今13mm（咲）

「昔は16mmで今は13.5mm。だいぶちっちゃくなったなあ」（けいこ）、「昔16mmとか巨大だった気がする。今14.5mm♪」（莉菜）。

Q24 やってみたい髪色は？

ピンク！（莉菜）

「グラデの青♡」（咲）、「超真っ黒がいい」（さやか）、「ユニコーンカラー✧」（弥生）、「白」（美花）。

似合わないけどド金髪

専属モデル（33歳／東京都）独身・子供なし 杉山佳那恵

Q25 最近使ってみてヒットだったコスメは？

ラシャスリップス（美咲）

「キャンメイクのクリームチーク」（莉菜）、「ゲランKISSKISSの571&574」（佳那恵）。

Q26 脱毛ってどこまでしてる？

全身くまなく!!（7割がVIOまでお手入れ済み）

Q27 「廃盤になったら抗議文書く！」くらい人生に欠かせないコスメは？

シャネルのペンシルアイライナー（さやか）

「スリーのシマリンググローデュオ♥」（優花）、「ミシャのBBクリームだね」（莉菜）。

チャコットのパウダー

Q28 20代前半のメイクと今とで一番変わったところは？

まゆげが太く黒くなった（さやか）

「アイライン囲まなくなった」（沙世）、「激しめオーバーラインをやめた」（優花）。

まつエクに目覚めた♥

Q29 「化粧とは○○○である」。○に言葉を当てはめて文章を完成させよう♪

化粧とはなるための魔法である。自分を好きに

化粧とは自分を強く美しくするものである。

化粧とは自分を本来の姿にするものである。

化粧とは-5歳ぐらい若く見せてくれるものである。

化粧とはテンション上げるためのものである。

化粧とは自分の理想に近い姿である。

体形維持はお姉さんの命題！

#健康 #ダイエット

Q37 今からするなら何ダイエットをする？

夏バテダイエット（弥生）

「プロテイン、ササミ&サラダダイエット✧」（奈々）、「子育てダイエット。もはや家がジムみたいなもんだよね」（沙世）。

大会目指して絞る！

Q36 過去最高に結果が出たダイエットは？

キックボクシング！（沙世）

「お酒を飲まないだけで結構ヤセる」（美咲）、「やっぱり筋トレ&食事制限✧」（優花）。「胃腸炎w」（弥生）。

1日10km走った！

Q38 花粉症以外にアレルギーって持ってる？

アレルギーの宝庫!!（さやか）

「猫アレ、ハウスダスト、ヒバ、ヒノキ、慢性鼻炎、大変ですよ！」（さやか）、「卵アレルギー疑惑。卵大好きなのにー」（佳那恵）。

Q39 朝ごはんって食べる派？何食べてる？

白米に納豆&明太子（弥生）

「必ず食べる。和食と洋食日替わり」（早紀）、「コーヒーとバタートースト」（けいこ）、「プロテイン、バナナ、ヨーグルト」（咲）。



パンケーキ♥ 上に乗っているのはベーコンとポーチドエッグ♪

とある日の早紀の朝食✧

美容ブロガー（32歳／大阪府）独身・子供なし 久保七瀬さん

朝ご飯は食べません♪

大体の幸せはお金で買えるよね

#お金

Q32 貯金どのくらいある？

もんじゃ500回ぶん。何となくだけど♪

豪華なクルーザーを買えるくらいかな！

馬主になれるくらい。ウソわかんない

私も残高が貯金だよ★

Q30 交通費って毎月どのくらいかかる？

100万はいくね（さやか）

「ガソリン代込みなら50万円くらい」（優花）、「電車にも乗るから10万円くらい」（ありさ）。

タクシー代月に20万

Q33 貯金の方法は？

残高はそのまんま！（莉菜）

「定期預金とかしてない。いろいろ引き落とされて残ったお金が貯金という感覚」（莉菜）。

Q31 自分ひとりで考えたとき月に最低いくらあったら生活できそう？（家賃含まず♡）

ギリギリ150万円（さやか）

「自分ひとりなら30万円でも大丈夫」（沙世）、「贅沢しなければ25万円♪」（七瀬）。

10万円で暮らせそう

Q34 今すぐ500円使えって言われたら何に使う？

レッドブルを2本買う（佳那恵）

「スタバに駆け込む！」（けいこ）、「ハイチュウを買えるだけ買う♪」（美咲）。

Q35 今日中に100万円使えと言われたらどう使う？

さやかはカジノへ行って50万円×2回賭ける！

早紀はせっかくだから鼻の整形をしに行く

ありさはとりあえずLAかドバイへ単身GO！

けいこは当たると評判の宝くじ売り場で全額投資

沙世はウッドデッキを敷いたり新居の庭造りに使う★

咲は仲間を集めてみんなでパア～っと使っちゃう♪

優花は家族&友達と美味しいご飯を食べに行く✧

RIRIは爆買い→マッサージ→高級ワインを飲む✧

りえはブランドバッグを買って一瞬で使い果たす

佳那恵は好きな友達に召集をかけて旅行に使う！

108QUESTIONS! 108QUESTIONS! 108QUESTIONS!

Q53 まさかの寝坊で遅刻確定！どんなLINEを送る？

佳那恵：すみません。今起きてしまいました。まじで急ぎます。申し訳ございません。

早紀：おはようございます
加賀美です
先程お電話したところ繋がらず、
失礼ながらLINEにてご連絡させていただきます。
大変申し訳ございません、寝坊をしてしまいました
到着予定は○分頃になりそうです
また時間が分かり次第ご連絡させてください！

さやか：ほんとすみません。
今起きました、、

沙世：本当すいません‼
💩のせいので遅刻してしまいますw
いや言い訳はしませんw
とにかく急いで向かいます‼

美咲：ごめんなさい🙇‍♀️💦
寝坊してしまって遅れてしまいます🙏
本当にすみません😭

けいこ：ごめんー！
寝坊してしもたー😭
ダッシュで用意する！けどちょっと遅れるかも🙏💦
また家出る前にLINEするねー！

りえ：おはようございます。
すいません。寝坊してしまいました。
急いでいきます！
心からごめんなさい💦すぐに出るのでまた連絡します！

弥生：おはようございます！
すいません、今現場に向かってるのですが
到着が○○分くらい遅れてしまいそうで（；＿；）
急ぎます！ごめんなさいm(_)m💦

咲：すみません。前日体調が悪くて寝付けず..今起きてしまいました😿
大至急用意して向かいます❗🙇‍♀️
ご迷惑をおかけしますが何卒宜しくお願い致します😭🙇‍♀️

Q56 参考にしているレシピ動画は？

デリッシュキッチン！（莉菜）

「クックパッド♥」（弥生）、「ご飯屋さんで舌コピ」（早紀）、「保育園の献立を1カ月ずらして使う」（美花）。

名古屋まつ毛専門店グランデアイズ代表（36歳／愛知県）独身・子供なし 伊吹奈々さん

筋肉系食事のインスタ

Q55 お酒って飲む？どういうタイミングでどのくらい飲む？

たまにひとりでも飲むよ（りえ）

「ほぼ毎日！」（さやか）、「友達となら引くくらい飲む」（早紀）。

Q54 女子会の頻度は？

月に大体5回くらい♥（優花）

「週1は必ず！」（佳那恵）、「週3。多過ぎかな（笑）」（ありさ）、「タイミング次第。そんなに頻繁じゃないかも」（早紀）。

沙世は自宅でママ会開催♡

「子供同士も遊ばせられるし、ママも息抜きになるよ♪」（沙世）。



ママ会のメニュー♪

睡眠から脳内までクエスチョン！

#プライベート

Q50 睡眠時間はどのくらい？

日によるけど10～23時間★（莉菜）

「普通に8時間」（ありさ）、「9時間。いっぱい寝るの好き♥」（弥生）。「夜に動画の撮影や編集をしているから3、4時間」（TOMATO）。

Q52 自炊する？

こう見えて実はするんだよ（さやか）

「昨日もきのこスープ作ったよ」（さやか）、「まあ月に2～3回かな」（佳那恵）。

自炊はしませーん♪

Q51 明日がお休みになったら何する？

がっつり大食い！トッピング全乗せカレーとケーキバイキング♥ TOMATO

寝る！ 沙世

とにかく動くのを停止する！ 美花

車で遠出♪ 優花

たまには温泉にでも行こうかな♪ 咲

筋トレ、ランニング、ヨガの後、日サロへ★ 奈々

飲む！ 弥生

美容デー✧ 美和子

目覚ましをかけずとことん寝る✧ さやか

できれば一生遊んで暮らしたい♪

#趣味 #旅行

Q40 行ったことのある国、すべて述べよ！

韓国しか知らない！（弥生）

「スペイン、モロッコ、オランダ、モルディブ、アメリカ、シンガポール、香港、オーストラリア…20カ国以上♡」（さやか）。

Q41 その中で一番好きな国はどこだった？

やっぱりイビサ！（さやか）

「いろいろ行ったけどオーストラリアが性に合ってる。ゴールドコーストとかバイロンベイとか。移住するならココ✧」（沙世）。

Q42 これから行きたい国はどこ？

パリへ行ってみたい♪（莉菜）

「アフリカに興味がある！」（優花）。「ラスベガスかLAに行きたい♪」（咲）、「やっぱりまたハワイ✧」（りえ）。

Q43 お財布、スマホ、あと1コだけ持って行くなら何？

リップトリートメント♥（優花）

「目薬」（佳那恵）、「充電器」（沙世）、「リップ」（けいこ・早紀）、「スマホ♥」（咲）、「水」（りえ）。

iPod音楽大事♥

ダンサー（29歳／東京都）独身・子供なし RIRIさん

Q44 飛行機や新幹線、移動中の密かな楽しみは？

飛行機で観れる最新の映画（莉菜）

「新幹線なら駅弁、飛行機なら映画♥」（咲）、「お酒を飲み、スマホに入れてる癒しの言葉を聞いて寝る✧」（奈々）。

「この機会に一気に読書」

Q45 近々旅行する予定ある？どこ行くの？

直近だとLAに行ってる

奄美大島の穴場スポットへと繰り出します！（早紀）

琵琶湖で泳ぎまくる♪（けいこ）

今のところ何の予定もない。今のところは！（莉菜）

ハワイか沖縄か、多分どっちか行ってるはず♥（咲）

NY! 9月からはイビサ★（さやか）

Q46 いきなりですがご趣味は何ですか？

コーデの妄想（けいこ）

「インスタ映えの場所探し」（莉菜）、「ワークアウト、料理、ドライブ♪」（優花）。

別府温泉スギノイパレス

野球観戦と深夜ラジオ

Q47 日本のレジャー施設どこが一番好き？

ディズニー！一択（弥生）

「絶叫系以外のアトラクションも豊富だからTDL」（弥生）、「大人が楽しめるということでシー♪」（りえ）。

Q48 TDLに行く頻度は？鉄板アトラクションは？

年に3回は行く！（弥生）

「そりゃあやっぱりスペースマウンテンは鉄板でしょう！」（さやか）、「イッツ・ア・スモールワールド♥」（けいこ）。

意外にディズニー好き

Q49 ホテルに着いたらまず何をする？

とりあえず窓からの景色を楽しむ。旅行してるって味わえる瞬間だよね♪

服、スキンケア用品、充電器を使いやすいようにセッティング♪

イスに座る。お風呂に入ってからじゃないとベッドには座れない✧

お風呂場の扉とか全部開けまくる。雲がいないかをまずチェック！

カーテンを閉める。立地にもよるけど、丸見えだと落ち着かないー

バスルームチェック。キレイかどうかをまず見たい。キレイじゃなかったとしても別にクレームつけないけど♪

108QUESTIONS! 108QUESTIONS! 108QUESTIONS!

中国発ワールドトラベラー（26歳／東京都）独身・子供なし TOMATOさん

Q57 人様に出せる自信のある料理は？

煮込みハンバーグ♥（優花）

「もんじゃ♥」（弥生）、「スンドゥブ」（RIRI）、「ハンバーグ」（莉菜）、「メンチカツ」（早紀）、「ごぼうの炊き込みご飯」（美咲）。



中華料理どんとこい！

TOMATOは中華の鉄人だった✧

中国出身ということもあって中華料理ならおまかせ。何でも作れる★

Q58 生き物と同居中の方、種族や名前を教えて！

ロングコートチワワ（メス・9歳）。名前：ティニー マルプー（オス・8歳）。名前：ウィル

人間（オス）。属性：働き者♡

Q59 カラオケで何歌う？1曲だけ選ぶなら？

めっちゃ音痴なんです

佳那恵はayu様の『Moments』…これ一択！

弥生は一番好きなayuの『BLUE BIRD』✧

早紀はめっちゃ似てると評判らしい森高千里の『雨』。

TOMATOはLiSAの『crossing field』をノリノリで。

沙世はアンジェラ・アキの『手紙 ～拝啓 十五の君へ～』。

奈々は倖田來未の『夢のうた』が一番歌いやすい♥

優花とRIRIはayuの『Who...』。

莉菜は絢香の『みんな空の下』を熱唱♪

Q60 特に誰にも言っていない密かな特技は？

昔はハープが弾けた♪（弥生）

「特技じゃないけど霊感がある」（佳那恵）、「記憶力がいい」（RIRI）、「同時にたくさんのことができる」（けいこ）。

謎にハープ習ってたよ

Q61 この場を借りてカミングアウトしてみよう！

家では下着をつけません♪（咲）

「実は地黒」（けいこ）、「未だお化けが怖い」（莉菜）、「ここだけの話スマホの画面がバキバキ」（さやか）。

実は山登りが好き♥

Q62 お部屋のインテリアはどんな感じ？

ウッディーな感じ♪（沙世）

「ホワイトを基調にしたちょっとシャビーシックな感じ✧」（優花）、「ピンク！」（美和子）。

ポップなお部屋だよ♪

Q63 パンツの捨てどきは？

くたっとしたら（けいこ）

「大体3カ月くらいで新品と交代」（優花）、「ヨレヨレになったら」（さやか）。

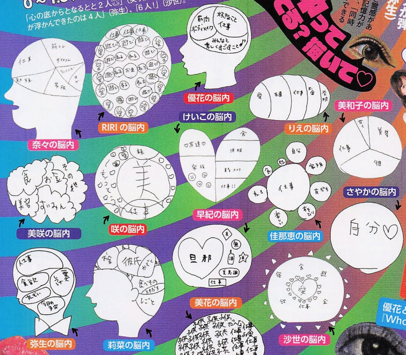
Q64 SNSに使っている時間は毎日どのくらい？

3～4時間くらいかな♥（優花）

「書くのは1～2時間。でも常に見ているからトータル6時間くらい」（弥生）。「15分！」（美和子）、「3時間かな」（莉菜）。

ざっと7時間くらい？

Q65 頭の中ってどうなってる？描いて♡



Q66 心の底から信頼している親友、何人いる？

0～1.5人かもしれない★（咲）

「心の底からとなるとと2人」（美咲）。「はっきり顔が浮かんできたのは4人」（弥生）、「6人！」（沙世）。

好きな物のことを考える時間♥

#LOVE

Q73 この世からなくなって欲しくないものといえば？

愛♥ 早紀

お金♥ さやか

親♥ りえ

海★ ありさ

お米 沙世

つけてみそかけてみそ♪ 奈々

肉! 弥生

スマホ！ 咲

焼肉✧✧ 七瀬

愛犬りぼんちゃん♥ RIRI

子供✧✧ 美花

ハイチュウグレープ♪ 美咲

Q74 この世からなくなって欲しいものは？

戦争と天災💧 優花

税金 美和子

地震！ 佳那恵

無差別な殺人💧 けいこ

平和が一番だよねえ♪

Q75 ときめくもの3つあげよ♥

★さやかはお金・キレイな海・映画みたいなスリリングなシチュエーション♪ ★莉菜はキラキラしたもの・コリラックマ・ヒールが高い靴✧ ★沙世は子供・男・雑貨！ ★けいこは子供の寝顔・流行の服・ほどよいマッチョの人 ★佳那恵はミニオン・イケメン・愛犬♪ ★優花は犬・男性の筋肉・女性の筋肉♥ ★早紀は犬の動画・抱っこできるぬいぐるみ・でっかいタオル♪ ★弥生はうちのわんこ&にゃんこ・電化製品・角が丸っこい昔のゲーム機 ★RIRIはピンク・キラキラ・エルメス♥ ★りえはステラルー・旅行・好きな人 ★咲はいい匂い・筋肉・お風呂✧ ★七瀬は三代目JSBの臣くん一択♥ ★奈々子はトイプードル・馬・彼氏♥

愛犬スタンにキュン♥

Q72 美味し過ぎて死にそうになった外食メニューを教えて！

さやかはバルセロナの『タパス24』のBIKINIという名のトリュフホットサンド★

佳那恵はハワイの『ウルフギャング』の熟成肉と『炭火焼肉 兜』の厚切り牛タン♥

弥生は『麦』の明太もちもんじゃ、『マック』のエビフィレオ、『上海エクスプレス』の極辛麺。

RIRIは『きた福』のカニ、『鮨かねさか』の中トロ、『麻布かどわき』のトリュフご飯

莉菜は『ずんどう屋』の味玉HOTらーめんと『びくドン』のフォンデュ風チーズバーグディッシュ★

優花は『はらまさ』のトリュフご飯と『きんぐこんぐ』のラムしゃぶ✧

美味しいって幸せ♥

Q67 好きな香水1コ選ぶとしたら？

GUCCIのブルーム♥（優花）

「ジョー マローンのチューベローズ。深みのあるセクシーな香りが好き」（咲）。

Q68 ボディクリームを香りで選ぶなら何？

クロエのボディローション（莉菜）

「ジュリーク ボディケアローションのラベンダー。柔らかくていい匂い♥」（佳那恵）。

Q69 スタバで何飲む？

ソイラテ、シナモンましまし（咲）

「ソイラテにハチミツ」（優花）、「キャラメルスチーマー」（さやか・七瀬）。

あんまり行かないよ♪

Q70 苦痛でしかない家事って何？

掃除

「片付けるそばからどんどん散らかっていく。掃除ってキリがない」（沙世）。

私は洗い物が苦痛♥

Q71 好きな食べ物を3つあげよ♡



北海道まで買いに行く、帯広名物『クランベリー』のスイートポテト。

『芋にいちゃんの店』というお店の鬼まんじゅうと大学イモが好き♪

私は一生おイモ♥

お稽古サロン経営&講師（32歳／愛知県）独身・子供なし 奈々子さん

さやかはピザ・パスタ・ハンバーグ

弥生はもんじゃ・鍋・コーン

佳那恵は豚・卵・ポップコーン♪

奈々はスイカ・巨峰・ハマチ♥

咲はそば・カツ丼・焼きそば♪

優花はチョコ・トリュフ・チーズ

七瀬はお肉・鍋・フルーツ

莉菜はハンバーグ・ラーメン・焼肉

美和子はアボカド・サバ缶・ステーキ

Q76 好きな調味料は？

莉菜はバターとマヨネーズ♥ 沙世は塩さえあれば何でもいける★ 優花はポン酢と柚子こしょう けいこはウェイパー。万能調味料♥ 佳那恵はゴマ油とポン酢♪ 早紀は塩と七味唐辛子✧ 弥生はタバスコと柚子こしょう★ 咲は塩としょうゆがあればいい✧ RIRIはお酢大好き♥ 美咲はトリュフオイル。卵系の料理にかけると良い りえはマヨネーズ。理由は美味しいから♥ 美花は鶏がらスープ 七瀬は塩こしょう♪ 奈々子はブラックペッパー✧

パクチーとみょうが💧

Q77 卵料理は何が好き？

だし巻き卵♥（さやか）

「オムライス。卵大好き♥」（佳那恵）、「納豆オムレツ」（莉菜）、「目玉焼き」（美咲）、「親子丼♪」（沙世）。

Q78 死んでも絶対食べられないものは何？

虫

「虫だけは無理！」（莉菜・弥生・りえ・RIRI・七瀬・奈々子）、「ぬるい牛乳が無理💧」（けいこ）。

Q79 好きな女優さんは？

沢尻エリカさん。キレイ✧（弥生）

「中国人女優のファン・ビンビンさん♥」（美咲）、「深田恭子さんとアンジェラベイビーさん。かわいい」（りえ）、「吉高由里子さん♥」（けいこ）。

Q80 おにぎりの具は何が好き？

ツナマヨ♥ マヨネーズ系が好き

明太子♥ 明太子がなきゃ死ぬ♪

ツナマヨ♥ 莉菜といえばツナマヨ

すじこ♥ すじこはご飯のお供♪

明太子♥ 博多出身だからね

カリカリ梅とひじきの玄米おにぎり♥ 玄米と梅は相性最高✧

シーチキン！ 要はツナマヨだった

海老マヨ♥ 海老が好きだから✧

明太子♥ 辛いもの大好き〜♪

ツナマヨ♥ 昔はシャケ派だった

108QUESTIONS! 108QUESTIONS! 108QUESTIONS! 108QUESTIONS!

周りを見渡しながら考えてみよう♪

#人間関係

Q85 地味にイラっとする他人の行動は？

グラスを渡すときフチに指を当てて渡す人。口つけるとこなのに💧 奈々

「て？」というオチのないつまらない話をする人。しかも話が長い！ 沙世

大して仲良くもないのに、「お土産買ってきてー」と言う男！ 佳那恵

鍋をしたとき必要以上に箸でさわる、あとやっぱりクチャラーかな💧 RIRI

取り箸を使わず自分の箸で料理を取り分ける人。同じ箸は無理…💧 美和子

道を知らないタクシードライバー！ 咲

すぐに一口ちょうだいって言う人♪

Q84 私、ちょっと変わってるかもと思う場面は？

お風呂でご飯食べる（美和子）

「たまにスタジオにこもってドラム練習」（優花）、「ご飯は冷蔵庫で冷やして食べる」（早紀）。

目を合わせない人！

Q82 仲良くなるコってどんなタイプが多い？

ちょっと男っぽいコ（早紀）

「笑いのツボが合うコ」（さやか・美和子）、「サバサバしていて、自分を持っている賢いコ♥」（沙世）

根っから明るいコ♪

Q83 苦手な人ってどんな人？

ぐいぐい系な人かな（さやか）

「自分さえよければそれでいいという人💧」（佳那恵）、「マウンティングしてくる人は苦手💧」（弥生）。

Q81 人見知りってする？

初対面はそっけないかも（咲）

「人にあまり興味がないから自分から話しかけないかも♪」（さやか）。

人見知り全くしないよ

パートナーシップについて追求！

#恋愛



ダイエットアドバイザー（30歳／東京都）独身・子供なし CHIHAさん

腕の血管と胸筋フェチ

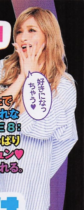
Q87 何フェチ？

横顔くっきりフェチ（佳那恵）

「ちょっぴりおデブフェチ」（RIRI）、「筋肉フェチ✧」（メリ）、「匂い・血管・脚…いっぱいある✧」（沙世）「ドSフェチっw」（TOMATO）。

とにかく真面目が一番

Q86 「これをされると好きになっちゃうかも♥」メンズのツボな行動は？



好きになっちゃう♥

「いいからオレについて来い！」的な行動と言動。道明寺みたいな強引さ♥ 早紀 仕事熱心だったり飲み歩かなかったり、真面目さが感じられる行動 莉菜 「今、○○って思ったでしょ？」と心の声を当てられるとヤバイ。好きになる 佳那恵 よくよく考えたけど…ないかもしれない！ さやか 道を歩いてるとき歩道側に寄せてくれたり、守ってくれる系に弱い♥ けいこ LINE 8：電話2くらいの割合でマメに連絡がくると…。ただしイケメンに限る！ 咲 なんだかんだやっぱり頭なでなで♥ RIRI 頭ぽんぽん それと、「今度○○に行こうよ！」とか急なお誘いにキュン♥ CHIHA あしらってもあしらっても尽くしてくれるといいよね メリ お花をプレゼントしてくれる。あと後ろからハグ✧ 美和子 困っている人を助けている姿を目撃！ 沙世

Q93 好きなメンズのタイプは？

一緒にいて楽しい人♥（七瀬）

「顔は犬っぽくちょいSでよく笑う人♥」（優花）、「同性だったら親友になれるような人✧」（佳那恵）。

Q88 好きになった人の前では猫かぶる？ それはどんな猫かぶり？

少食ぶってみたり♪

おしとやか猫かぶり（RIRI）

「ご飯を上品に食べる猫をかぶってた」（弥生）、「かぶらないけど声のトーンが上がる」（莉菜）。

Q94 彼氏や旦那のスマホは見る？

見てもいいことはない

見ないし見たくない★

見ないけど横目でチラ見（りえ）

「地獄の苦しみを味わう可能性もあるからね、見ない！」（RIRI）、「あやしかったら見ちゃうかもな」（佳那恵）。

Q97 浮気センサーがピンときた！ さあどうする？

問い詰めてボコボコにする！

探偵ばりに尾行して調べる（莉菜）

「非常事態発生ということで携帯チェック！」（弥生）、「証拠をつかんで鬼詰める！」（さやか）。「放置。しばらく様子を見る」（早紀）。

Q91 婚約指輪って欲しい？ どこのなにがいい？

マリッジリングがいい

婚約指輪なんて何でもいい、缶ジュースのフタでいい！ りえ

Q89 『花より男子』は道明寺派？ 花沢類派？

道明寺派：CHIHA、莉菜、けいこ、RIRI、美咲、早紀、咲

「1200％道明寺」（咲）、「不器用なとこにキュン」（RIRI）、「ぐいぐい系がいい✧」（CHIHA）。

花沢類派：佳那恵、TOMATO、弥生、りえ、メリ、美和子、美花、沙世

「優しくてミステリアスで金持ち。最高でしょう♥」（弥生）、「道明寺みたいなオラオラは無理」（佳那恵）。

Q95 つきあう人に求める条件、ひとつだけあげるとしたら？

さやかは嘘をつかないこと♥ そこに尽きる。莉菜はとにかく真面目。真面目であること！ 沙世は誠実さ。そこを見てる♪ 優花とRIRIは思いやり✧ けいこは男らしさ♥ それが感じられないと好きにはなれない。佳那恵は金。経済力はその人の最大の魅力でもある。早紀は包容力。そういう人といると安心できる 弥生はお金を稼ぎだす力。人としても尊敬できる✧ メリは彼にとって私がど本命であること★ 咲はストイックさ！ りえは一途さ♥ 美咲は楽しさ♪ 美和子はあたり前だけど私が好きかどうか CHIHAは理性✧ 七瀬は居心地の良さ♪ TOMATOは欧米系の性格★ 美花は優しさ♥

Q92 お気に入りのデートスポットは？

近所のカフェ

お台場のペットショップ（弥生）

「近所の居酒屋→カラオケコースも好き✧」（弥生）、「おしゃれなカフェ♥」（七瀬）。

Q90 元彼とは友達になる派？ 音信不通派？



メイクブロガー（38歳／東京都）バツイチ既婚・娘1人 神崎メリさん

私は音信不通派だよ★

特に会う必要を感じない（優花）

「音信不通でいい。連絡ウザかったらブロック！」（TOMATO）、「み～んな友達♪」（佳那恵）。

Q96 ちなみにパートナーのどんなところが好き？

いつも笑わせてくれて楽しいところ。平泉成さんのモノマネが上手✧ 奈々子

前向き過ぎるところが好き。ちょっとなぐさめると速攻で立ち直る けいこ

108QUESTIONS! 108QUESTIONS!

万が一に備えて考えておこう！

#もしも話

Q99 無人島に何か1つだけ持っていけるなら何を持っていく？

★さやかは1コしか持っていけないならいっそ何も持っていかない★ ★莉菜はとにかく火が大事ってことでチャッカマンを持っていく✧ ★RIRIと美咲は雨風をしのぐためにテントを持っていく♥ ★早紀はくるまるために大きなタオルケットを持っていく♪ ★けいこは力仕事をいろいろとやってもらうために旦那さんを持っていく ★美和子と七瀬はとにかく焼けたくないから日焼け止め✧ ★咲は無人島でも美意識キープしたいので鏡！

労働力として旦那さん

Q98 ヤバイ！ 24時間後に死ぬらしい。残り時間をどう過ごす？

スタンを預けるために実家に帰省。そのままま まったり1日過ごす♥ さやか

これまでお世話になった人たち全員にお礼のLINEを書こうかな♪ けいこ

好きな人たちに会ったあと旅に出る。新幹線で遠くまで行きたい✧ 早紀

仕事にもごく普通に行って、普段と変わらない1日を過ごしたい 美花

全財産を使って好きなことをしまくる！ RIRI

宅飲みしながら愛犬＆愛猫に遺書を作成✧ 弥生

めっちゃ高級店で美味しい物を食べまくる♪ 莉菜

中国に帰り屋台をハシゴして激辛料理満喫。お腹爆発して死亡♥ TOMATO



友達と会いまくるね♪

整形コンシェルジュ（32歳／東京都）独身・子供なし 一条ありささん

Q104 別な土地で別な人生を送ることになったらどこで何する？

アメリカで大統領になる✧ さやか

ハワイに住んでカフェで働きます♥ けいこ

田舎で畑仕事。野菜を作りながらのどかに暮らす 早紀

大阪で婚活女子になる 莉菜

韓国へ行き明洞に部屋を借りてバイヤーしようかな★ 佳那恵

フランスでパン屋さん♪ 咲

Q100 エレベーターに閉じ込められた！ 乗客は他に3、4人。まず自分は何をすると思う？

ひと眠りして現実逃避

体力温存のため座り込む（莉菜）

「これヤバくないですか～と話しかける♪」（佳那恵）、「非常ボタン押しまくり！」（さやか）。

Q105 お願いが1つだけ叶うなら、何をお願いする？

エラの骨よ消えろ♪

「しわしわ消えて✧」（けいこ）

「理想の顔面」（莉菜）、「永遠の美と完璧な美貌」（咲）、「愛犬の寿命50年のばす」（奈々）。

Q101 新しい祝日を作ろう！ 何の日を作る？

荒木の日を作る！（さやか）

女性の日を作ろう♪

「ズル休みの日✧」（佳那恵）、「ママ業をお休みするママオフデー♪」（美花）。

Q106 初対面の人の鼻毛が出ている！ 教える？ 教えない？

じっと見て目で訴える（弥生）

「言えない」（奈々）、「教える。早めにわかったほうがよくない？」（美咲）。

気まずくて言えない

Q102 65歳の自分、どんな暮らしをしてそう？

死んでるかもしれないww（さやか）

「まだ金髪ギャルでパラパラ踊ってそう✧」（美和子）。「平和にのんびり♪」（早紀）。

犬に囲まれて筋トレ♪

Q107 好きになった人が実は軽度のワキガ。さあどうする？

病院に連れて行く（弥生）

「言う。気づくことで変わるかも✧」（ありさ）、「ちょっと無理」（美咲）。

好きじゃなくなる

Q103 金縛りあったことある？ どうやって解いた？

足の親指を動かす（佳那恵）

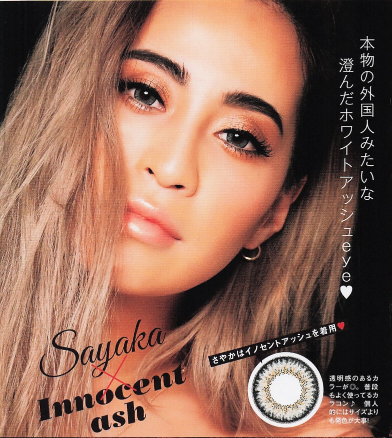
「足の親指と人差し指を気力でこすり合わせる」（莉菜）、「あがき続ける！」（早紀）。

Q108 人生最後の晩餐。どこで誰と何食べる？

★さやかはひとりで西早稲田の行きつけの店へ行き油そばを食べる ★けいこは家族で焼肉パーティー♥ ★沙世と佳那恵は家族一同集まっておかんのご飯を食べる♪ ★莉菜は彼氏の親も自分の親も集めて豪華な食事会を開く♥ ★TOMATOは好きなバンドマンを強引に連れて来て親も呼んで4人で激辛火鍋♪ ★早紀は旦那と旦那の友達と集まってワイワイ飲み会♪ ★りえは家でじっくりお米を味わう♥ ★RIRIは好きな人とトリュフを死ぬほど食べる✧ ★美和子は好きな人とお寿司★ ★美咲は誰といるかはわからないけどすじこおにぎりを食べる★



おつかれさまでした♥









お姉さん世代のワガママを叶えてくれる♥

私たちのためのカラコン♥

配色で、トリコになるお姉さん世代のファンがますます増えてます♥ あなたも仲間に入りませんか？

MODEL_Araki Sayaka, Keiko, Sayo Hayakawa, Kanae Sugiyama, Saki Kagami, Yuuka Obara

大人だけど

盛りたいけど品もほしい♥

地味になりたくない！

従来の人気８種類に加えて、さらに高発色な２種類が加わったカラコン・ラヴェール♪ 絶妙なバランスの

倖田來未がイメージモデルでおなじみの
1Dayカラコン♥

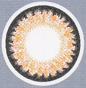
ラヴェール loveil



ミッドナイトアンバー

すっぴんでもかわいくいたいコに♥ 倖田來未の目の模様をコピー♪

DIA14.2mm



シルキーベージュ

明るく見えるけどつけると黒目となじんで自然なゴールドeye★

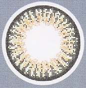
DIA14.2mm



クチュールブラウン

3重のサークルが黒目を立体的に見せて透明感のあるくりくり目に!

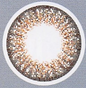
DIA14.2mm



シアーヘーゼル

優花愛用色♥ 存在感の強すぎないブラウンのフチが◎♪

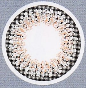
DIA14.2mm



ブラウンミラージュ

ひそませたイエローで立体感のある自然なブラウンeyeに★

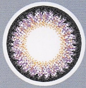
DIA14.2mm



アッシュグレージュ

明るすぎないからグレー初心者も挑戦しやすいグレージュeye♥

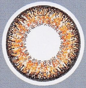
DIA14.2mm



バイオレットグレア

室内で暗く室外で明るく見える不思議なバイオレットカラー♪

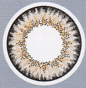
DIA14.4mm



リュールヘーゼル

鮮やかなヘーゼル×オレンジで奥行きのある自然なぱっちり目に★

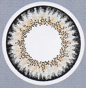
DIA14.4mm



キャラメルグロー

ブラウンのフチがキャラメルカラーを瞳になじませて外国人風♪

DIA14.4mm



イノセントアッシュ

ちょっと青みがかったグレーで、存在感のある外国人eyeに♥

DIA14.4mm

※ミッドナイトアンバー、シルキーベージュ、クチュールブラウンは1カ月用もあります♪

商品の詳しい説明＆
ご購入はコチラから♥

http://loveil.jp/

ラヴェール 検索

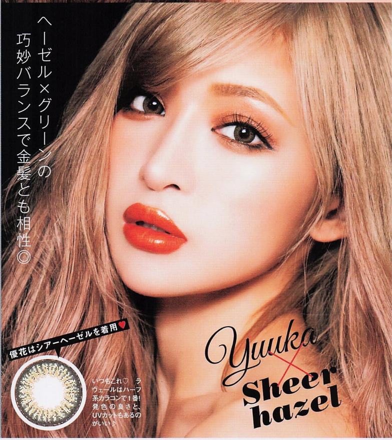




■コンタクトレンズは高度管理医療機器です。必ず眼科医の検査・処方を受けてお求めください。このレンズは1日ごとに新しいレンズに取り換えてください。1度目から外したレンズは必ず捨ててください。ご使用前に必ず添付文書をお読みの上、装用時間、取扱い方法を守り、正しく使用してください。また装用のイメージには個人差がございますので、ご注意ください。少しでも異常を感じたら、直ちに眼科医の検査を受けてください。

■1日使い捨てソフトコンタクトレンズ / 1箱30枚入り、1箱10枚入り / 単回使用視力補正用色付きコンタクトレンズ / 単回使用非視力補正用色付きコンタクトレンズ / 販売名 ラヴェール プラス 医療機器承認番号：22600BZX00273A14 / 高度管理医療機器等販売業許可証：第4501131300008号
■1日使い捨てソフトコンタクトレンズ / 1箱30枚入り、1箱10枚入り / 単回使用視力補正用色付きコンタクトレンズ / 単回使用非視力補正用色付きコンタクトレンズ / 販売名 ラヴェールアクアリッチ 医療機器承認番号：22400BZX00422A04 / 高度管理医療機器等販売業許可証：第4501131300008号
■販売度数（D）：0.00・-0.75～-5.00（0.25単位）・-5.00～-8.00（0.50単位）合計25PWR 終日装用 ■1箱30枚入り メーカー希望小売価格 3,790円（税抜）/ 1箱10枚入り メーカー希望小売価格 1,600円（税抜）■オフィシャルサイト：http://loveil.jp





PHOTO_Nobuyuki Sasaki HAIR_Yuko Nozaki, Jungen Iwamoto [SAYAKA, KANAE] DESIGN_Nanae Takahashi EDIT_Marika Koizumi TEXT_Fumie Goto

杉並区浜田山在住

渋谷まで電車で20分

自動車整備工場の事務員月収20万円♥

あれから3カ月。

優作の風俗通い発覚後、
別れてヨリを戻したけど
今度はそのへんのコと
浮気してたのがわかって
結局別れちゃった。
年上の光彦は、結局私の
ことは遊びだったみたいで
音信不通になった。今、
私には誰もいない——。



Day 1

男が途切れたのって何年ぶり？ 一人の時間を楽しめる女になってみようかな…

A+N+T

私が出かけるとやたら雨降るんだよね…。ジメジメdayはお気に入りのコンビネゾンで快適に。ラウンドピアス¥1,500／RASVOA 渋谷109店



Day 2

イイ女を気取って街を散策★ …街にいるのってカップルばっかでむなしくなるな…。

B+F+H+K+P+Q

ファーサンダルが流行ってるって聞いて早速取り入れた♪ ラウンドピアス¥1,500／RASVOA 渋谷109店 ブレスレット¥647／GRL



Day 3

流行ってるっぽいし体を鍛えようと思ってジムへ入会！ ウェアも買ったし頑張ろ♪

D+G+K+P+T

そしてこの日を境に二度とジムへは行かなくなるのだった★ ラウンドピアス¥1,500／RASVOA 渋谷109店 2連チョーカーセット（チョーカーのみ）¥2,750／rienda（バロックジャパンリミテッド） サブバッグ／スタイリスト私物

着まわしアイテム



A 落ち着いた色合いだから秋まで着られるよ♥ 花柄コンビネゾン¥9,800／Bloomin



B シンプルなオフショルは1枚あると便利♥ コットンレーストップス¥6,900／DURAS



C 秋まで余裕なグレンチェック♪ ペプラムチェックキャミ¥5,490／RESEXXY 渋谷109店



D 1枚でもレイヤードしてもOKなシンプルワンピ。ゆるタンクワンピース¥5,500／DURAS



E 今っぽいコーデになるワイパン。サス付きワイドパンツ¥7,900／Delyle NOIR 渋谷109店



F ド定番のデニム♥ インディゴデニムパンツ¥8,980／EGOIST ルミネエスト新宿店



G ストリート感をMIXするのが旬だね♥ ラインショーパン¥3,900／DaTuRa 渋谷109店



H 大人な色♥ ファー付きノースリニット¥6,750／rienda（バロックジャパンリミテッド



I 圧倒的に便利でお得なセットアップ♪ キレイ色セットアップ¥8,900／ROYAL PARTY



J 一気にこなれ感が出せる✧ ウールハット¥5,580／EGOIST ルミネエスト新宿店



K 柄は小物で投入するとコーデしやすいんだよね♪ 花柄キャップ¥4,900／Bloomin



L みんなに「それどこの？」って聞かれるヤツ♪ パールベルト¥7,800／Riina couture



M 秋らしいカラー✧ 細身なフォルムが◎。ベルト¥2,900／SPIRALGIRL 渋谷109店



N 実はブランドレンタルで借りてるの💧 みんなには内緒😝 GUCCIのバッグ／モデル私物



O 肩掛けにもハンドバッグにもなる便利なアイテム♪ 2WAYバッグ¥11,000／DURAS



P カジュアルにもキレイめにも持てるデザイン♥ チェーンショルダーバッグ¥1,573／GRL



Q トレンド感があって素敵✧ ファーサンダル¥11,000／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）



R レディなパンプスはデニム素材でカジュアルダウン♥ デニムパンプス¥11,800／DURAS



S THEレディなパンプスは1足はないとね♥ パンプス¥12,800／Delyle NOIR 渋谷109店



T オシャレ感を出すなら断然ハイカット★ ハイカットスニーカー¥12,000／Bloomin



U 涼しくなってきたら使いたいアイテム♥ フリンジブーツ¥11,500／DURAS



お金と恋愛の31日間着まわしSTORY

何人とつきあっても満たされない心…
そして見栄を張りたいから
出費はかさむけど
働きたくない。

生活のためにやりたくない仕事をやり、生きる目的も向上心もない佳那子。"彼氏"という肩書の人がいないと生きていけない。それが本当に好きな人じゃなくても、遊ばれていたとしても…。これは、彼氏に合わせて私服の系統を変えるためお金がない！ そんな女のコのお話です✧

あらすじ♡

事務員として働く佳那子。自分を満たすため同い年の優作、8コ上の光彦と同時進行でつきあうも破局を迎え…。珍しく一人で生きていこうと試みるも心の闇に襲われる。貯金は2万。

トップス¥5,490／RESEXXY 渋谷109店

PHOTO_Yoshinobu Bito **HAIR&MAKE**_Yuko Nozaki **STYLING**_Tomomi Tanuma
DESIGN_slash **EDIT&TEXT**_Marika Koizumi **MODEL**_Kanae Sugiyama,Ryoichi Araki

このお話はフィクションです。杉山佳那恵のエピソードではありません♥



Day 4

昨日は運動しすぎて疲れちゃった★半休もらってのんびり出社day♥

A+H+J+N+U

クタクタになった日はズル休みしてのんびり行動😸さりげなくグッチのバッグを取り入れて、会社のみんなを無言のマウンティング♥



Day 5

ヨガの先生が開催するサップヨガのイベントへ♥ なんとなく運気が高まる気がする〜✧

B+G+N+Q

運動神経ゼロだけどヨガにトライ★ もうクタクタ! 慣れないことはするもんじゃない! サングラス¥5,980／OWNDAYS サブバッグ／スタイリスト私物



Day 6

全身はコレ♥

お部屋でほっこり♥ のハズが猛烈な鬱に襲われたから今夜も眠れそうにない…

C+F+V+Q

一日家に引きこもってたら急に不安に襲われた。私、このままずっと

一生独り

独りで一生嫌な仕事してお金の心配しながら生きていくのかな…。

お部屋でもかわいくいたい。宅配便の人がもしかしたらイケメンかもしれないし、すっぴんダル着じゃ余計地に落ちていく気がする。たとえ誰にも見られなくても…。

追加アイテム

V ゆるっと着られる編み編みカーデ♥ フリンジカーディガン¥5,900／DaTuRa 渋谷109店



Day 7

いつもギリギリ行動だけど謎に今日は早く出勤できた♥ せっかくだからコーヒー飲も♪



全身はコレ♥

出社前だけどもう帰りたい★重い足取りを軽やかにしてくれる秋先取りコーデ✧

B+E+P+S

本当はスタバとか行きたいけど金欠だからコンビニコーヒー★ ラウンドピアス¥1,500／RASVOA 渋谷109店 ネックレス¥647／GRL



Day 8

フラッと入ったバーで店員さんに声かけられちゃった♥ 久しぶりにトキメキを取り戻した感じ✧

全身はコレ♥

飲まなきゃやってられなくてバーに立ち寄ったのが正解♪ 念のため女っぽい格好してきてホント良かった♥

I+L+N+R

キレイめコーデと自慢のグッチとかき上げヘアで戦闘力を爆上げ♪ ピアス¥2,500／DURAS ネックレス¥647／GRL

追加アイテム



X とっておきの日に着たいレディなワンピ♥ ドキッとさせたい♪ 女っぽレースワンピ¥5,980／dazzy



W 甘くも辛くも使えるから便利♥ ライダースジャケット¥8,980／EGOIST ルミネエスト新宿店



Day 9

昨日はイケメン店員に誘われちゃって参った♥ やっぱ私、男がいないとやっていられないのかも♪

A+D+O+R

お昼休み中にカフェでニヤリ♥ お給料日前だけどイケメンと出会った記念だし奮発してミルクを豆乳に変更、シロップ追加でゴージャスに✧



Day 10

さっそくバーのイケメンから呼び出しがっ♥ 急いで準備したのにドタキャンくらった💧

W+X+L+N+S

せっかく新しいワンピと上着買ったのに! もちろん金欠だからカードでね😋 ちぇっ、残念。フラワーピアス¥3,500／DURAS



Day 11

え？ もしかして何もないの？
好きだとかつきあおうとか
まさかの結婚しようとか…。
さっきまで私のこと
かわいいって言ってたのに
携帯いじってさっさと
寝てんじゃん…。
もしかしてまた失敗した…？

全身はコレ♥

なんだかんだ呼び出されると嬉しくてシッポ振って会いに行っちゃう♥

O+X+S

急だったから昨日と同じワンピ💧 でも勝負服だからいいの♥ そう思ってたのにこの仕打ち…。もっと愛されたいなぁ（イケメン限定で）。フラワーピアス¥3,000／DURAS



Day 12

昨日のことがショックすぎて合コンに緊急参加！
しかし相手がパッとしない💧
カルアミルク飲んでんのもムカつく！

全身はコレ♥

やぶれかぶれで合コンへ★ せっかく女っぽくしたのにマジで意味ない！

H+I+O+R

キレイめOL意識した格好したのに！ しかも全おごりじゃないし最悪！ ピアス¥3,500／DURAS ブレスレット¥647／GRL

Day 13

最近なんだかいいことない💧 帰り道にコンビニで発泡酒買ってグビグビ歩き飲み♪

B+F+N+S

酔わないとやってられないけど最近散財したから発泡酒で節約。いきなり宝くじとか当たらないかな。サングラス¥5,980／OWNDAYS

Day 14

昨日は飲みすぎた💧 有給使いたかったけどもう残ってないことに気づいてムリヤリ出社！

E+I+O+R

冷蔵庫に唯一あったエナジードリンクでパワーチャージ♪ 駅に着くまで飲みながら移動するのだ♥ フラワーピアス¥3,500／DURAS

Day 15

バーのイケメン君からLINEが♥ 「なんか買ってきて」って言うから奮発してデパ地下惣菜✧

A+N+S+V

お財布の中はスッカラカンだけど心はホクホク♥ デザートまで買っちゃった♪ そしてまた今月も金欠になるのであった🐱 ピアス¥2,500／DURAS

Day 16

相変わらず彼からつきあおう的な言葉はない。げんなりしてたら上司が頭なでてきて鳥肌！

B+I+O+R

「最近キレイになったね」って何なの!? イケメンにしか触られたくないのに！ もう今すぐ頭洗いたいよ、最悪💧 べっ甲ピアス¥2,500／DURAS

Day 17

上司のせいでストレスMAX！ ストレス発散のためひとカラへ♪

C+D+F+O+S

テッパンで歌うのは「さくらんぼ」か「プラネタリウム」だよ♥ かわいく見えるような曲を歌うのがモットー♪ ラウンドピアス¥1,500／RASVOA 渋谷109店

Day 18

女子会に渋々参加💧 誰かのツテでイケメン紹介してもらえるかもって思ってたけどダメか…

I+V+O+S

もしものときに備えてレディな格好したけど無駄だったな…。チョーカーセット（ネックレスのみ）¥2,750／rienda（バロックジャパンリミテッド）



Day 19

今年のハロウィンは、昔の制服とアルバのショッパーで0円仮装♥
無敵な気分で渋谷を徘徊

全身はコレ♥

仮装したいけどお金も時間も追いつかないから手持ちの物で★

D+G+J+N+R+W

カーディガン¥2,490、シャツ¥1,990、スカート¥2,990、リボン¥990、ルーズソックス100cm¥1,100／すべてTeensEver ローファー¥5,500／ホーキンス（ABC-MART）



Day 20

最近出会いも少ないし
恋愛運が落ちてきた!?
パワースポットで
身を清めようっと✧

全身はコレ♥

お参りスタイルはカジュアル♪ 昨日はハロウィンで疲れたから気分が安らげるコーデにした♥

D+F+N+Q

恋愛運と金運が上がるように✧ ラウンドピアス¥1,500、リングネックレス¥1,500／ともにRASVOA渋谷109店 ブレス¥647／GRL

Day 21

上司に頭なでられたのがトラウマでキャップかぶって出勤！ もう触られたくないよ〜💧

C+I+K+O+R+V

社内でキャップかぶってるのNGっぽいけど…どうしても頭触られるのがイヤなんだからしょうがないじゃん！ べっ甲ピアス¥2,500／DURAS

Day 22

フォロワー数増やしたいから映え写真を撮りに映えスポットをウロウロ♥

フォロワー数が増えると心が満たされる✧ ネックレス¥1,500／RASVOA 渋谷109店 ブレスレットにしたチョーカー¥2,750／rienda（バロックジャパンリミテッド）

Day 23

F+I+M+N+R+W

SNSで繋がったバンドマンの彼のライブへ♪ やっぱりイケメンは目の保養になる♥

打ち上げ誘われたけど、金欠のため帰宅💧 チョーカーセット（ネックレスのみ）¥2,750／rienda（バロックジャパンリミテッド） ブレスレット¥647／GRL

Day 24

D+P+S+V

昨日のバンドマンカッコよかったな…と思いながら出社。そういえば今日は燃えるゴミの日

ゴミ捨てながら出勤。昨日の出会いからの急な現実に泣きそう。ヘアバンド¥1,580／EGOIST ルミネエスト新宿店 ラウンドピアス¥1,500／RASVOA 渋谷109店

Day 25

E+H+O+S

会社のカラオケ大会で優勝♪ 金一封が出るって聞いてたから張り切っちゃったよ♥

スタバの1,000円分のカードもらった♥ 普段スタバが買えない私にうってつけ♪ 映え写真撮ろっと😆 2連チョーカーセット（チョーカーのみ）¥2,750／rienda（バロックジャパンリミテッド）

Day 26

F+I+P+S+V

歩いてたらメンズに声かけられた♥ 無視してやったけど実はちょっと嬉しくってるんるん♪

もしかしてナンパじゃなくてキャッチだったかも…？ まぁどっちにしてもハッピー♪ イケメンと繋がりたい✨ ピアス¥3,500／DURAS



バーのイケメン君に
LINEしたけど既読スルー。
インスタはガンガン更新してるのに
連絡は返せないんだね。
私たちってつきあってるのかな…
たまに甘い言葉はくれるけど
いつも急に呼び出されるし
行っちゃう私も私だけど…。

Day 27

全身はコレ♥

彼のインスタで一緒に写ってるコは誰？ 嫉妬と悲しみで気が狂いそう★

A+P+S+W

いつ呼び出されてもいいように寝るギリギリまでメイクしてるから肌荒れしちゃった…。ラウンドピアス¥1,500／RASVOA 渋谷109店

Day 28

D+E+P+S+V

昨日は泣きはらして目が真っ赤 こんな日も出社しなきゃなのに手取り20万じゃ割に合わない！

心がしんどい日は楽ちんパンツスタイルでお仕事へ。ラフな印象でセクハラ防止にも★ べっ甲ピアス¥2,500／DURAS

Day 29

C+G+O+U+V

退勤後は高校の同級生と飲み★ ちょっと寒いけど露出してスタイルいいことアピールしなきゃ！

私って太りにくいタイプだから、女子同士で集まると自尊心が保てていいんだよね♥ みんな頑張ってダイエットしてて笑える♪ べっ甲ピアス¥2,500／DURAS

Day 30

D+I+M+N+S

給料日直前！ お昼はカップヌードルを社内でこっそりと★

片手ではSNSでイケメン探し♪ フォローしまくって猛烈アピール！ メガネ¥3,500、べっ甲ピアス¥2,500／ともにDURAS ブレスレット¥647／GRL

Day 31

E+I+M+O+R+V

同い年の元カレ優作から突然のLINE！「来いよ」って言われて胸がうずく…

なんで今さら連絡してきたんだろ…。彼女とケンカでもしたのかな。またボロボロになって捨てられる。わかっていても足が勝手に走り出して止まらない…。

to be continued...

今回のテーマ
「足の踏み場もない衣装部屋、大掃除!」

「やっほー、日本から荒木です。今年もイビサに家を借りつつ、日本での仕事とスタンのために一時帰国中。前回予告した通り、今回は業者さんに来てもらっておうちのお掃除 Before → After を公開！私が愛用した物の中から、読者のみんなにプレゼントもあるよ！」

PHOTO_Yoshinobu Bito **MODEL**_Sayaka Araki **DESIGN**_Ryota Takeuchi **EDIT&TEXT**_Haruka Noda



「この家に引っ越してきて以来、一度も整理してない衣装部屋。服はたまる一方。どこになにがあるのかはなんとなく分かってるし、着る服は手前に置いてあるから今の状態で困ってないのが正直なところ。でもそろそろ収納場所がないし、奥のウォークインクローゼットは開かずの間状態だし、どうにかしたい！」

衣装部屋 Before







1. 手前に人が立てるスペースがある程度。服の入った紙袋や段ボールが山積みで、奥には足の踏み場もなし。右奥の扉がウォークインクローゼットだけどドア前にスーツケースが積んであるなど、ドアを開けたのはいつのことやら。2. 袋に入りきらず散乱した服やバッグ。冬アウターから夏物まで色々。高級バッグもそのへんにポイっと。3. 別で借りている衣装用の倉庫から持ってきたままの段ボール。引っ越してきてから一度もあけておらず、今となってはただの置物。

お掃除 Start!

10:00



今回は作業員３名をオーダー。お部屋に入るなり「一旦荷物すべてをリビングに出します。いるいらないの判別をお願いします」とのこと。

10:30





冬アウター、バッグ、夏物などと簡単に仕分けをしてくれた上で、衣装部屋から荷物を搬出。そして奥の WIC の扉がついに開いた！

11:00



たまりにたまった約 200 個のサングラスを１個ずつ「いる、いらない」と判別するさやか。「もう全部いらないことにしたくなる」

11:30



まだ続く、いるいらない判定は既に 1000 着以上をカウント。「いる」の服は 10 着に１着程度。「こんなにいらない物ばかりだったとは」

12:00



一旦空になった WIC は隅々までお掃除。上の段は「いる」判定されたバッグ収納。どこに何があるか見やすく取り出しやすい！

12:15





「いる」判定された服は、季節、種類、色別にラックにかけられていくよ。シワになりにくいものやインナー類は畳んで紙袋にまとめてくれる。

12:30





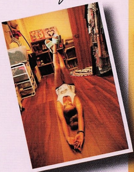
部屋が広くなったし、空いたダンボールを使った収納ボックスができてる！ 段ボールや紙袋を活用して収納スペースを作ってくれるよ！

13:00





段ボールボックスには靴、雑誌、DVD 類や書類が見えるように収納されたよ！ 捨てた服はゴミ袋 15 個。最後に掃除機をかけて完成！







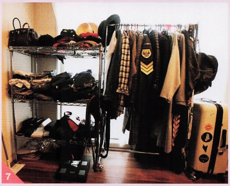


終了後



どこに何がしまってあるのかを丁寧に説明してもらったよ。「言われたこと忘れてまた散らかさないようにしないと。絶対終わらないと思ってたのに3時間でこんなに見違えるなんて」と驚くさやかでした。





4. ピッカピカのお部屋に変身！ 床に物がないから清潔感もより一層！ 収納場所が足りないかと思いきや、空きラックができるほどに。5. 冬物と小物、インナー類、バッグは WIC に。紙袋には種類別に服が収納。6. 靴は見えるように置けば元に戻しやすい。「ちゃんとボックス買わなきゃ」 7. 季節問わず登場回数の多い薄手の服（リゾート地に旅行が多いから）とデニム類が設置されたよ。

Present

さやかから読者のみんなへ私物プレゼント！

「お掃除した中からまだまだ使える美品を抽選でプレゼントするよ。巻末の読者アンケートはがきに希望の番号を書いて送ってね」



CAUTION

※どれもキレイな品ですが新品表記以外のものは本人が使用した形跡があることをご了承ください。またメルカリ、フリルなどへの転売は絶対に NG です！ 出品を見つけた場合には然るべき対応をとらせていただきます。



K: Just Cavalli のボストンバッグ
［それなりに使いました］



G: EMILIO PUCCI の
ウェッジソールサンダル36サイズ
［数回使用程度］



C: HYSTERIC GLAMOUR の
Tシャツとキャップのセット
［それぞれそれなりには使用しました］



L: MARC BY MARC JACOBS の
クラッチバッグ
［数回使用程度］



H: コンバース オールスター
起毛ヒョウ柄 34ハーフサイズ
［数回使用程度］



D: イヴ・サンローランの
ビジューロゴタンクトップ
［それなりには使用しました］



M: クロムハーツのだてめがね
［それなりに使いました］



I: アレキサンダーマックイーンの
フラットシューズ 35サイズ
［それなりに履きました］



E: Bershka の
ホワイトデニム 24 インチ
［新品未使用タグ付き］



N: Ultra のサングラス3つセット
［1回使ったのみ］



J: マスターマインドのビーサン
Sサイズ［それなりに履きました］



F: TORY BURCH の
2連レザースタッズバングル
［数回使用程度］



B: スノボセット
- RIDE のボード 150cm
- ボードケース
- HEAD のスノボブーツ 37サイズ
- ACC のジャケット S サイズ
- mistral のパンツ S サイズ
- DICE のゴーグル
［各2回使用程度］



A: スノボウェアセット
- Billabong のウェア上下 S サイズ
- Billabong のニットキャップ
- DEATH LABEL のグローブ
［各２回使用程度］
- VONZIPPER のゴーグル



LuLINE×inLOVE×姉ageha コラボ第2弾記念企画♡

現役ちょうちょのご出勤Make&ふだんMakeを見せて!!



5月号でまるっと収録、大好評だったinLOVEが今月号もカムバック♥ 掲載を記念して、inLOVEでも活躍中の現役ちょうちょお二人に、ご出勤メイクとふだんメイクを見せてもらいました♪ inLOVE本編もお見逃しなく!!

PHOTO_Satoshi Ohmura HAIR_Anri Mistuishi DESIGN_Mutsumi Sawada EDIT&TEXT_Fumie Goto



まつエク活かしの抜け感ナチュラルメイク♡

椎名美月

合言葉は「やる気! 元気! 美月♥」道産子シンママちょうちょ♥

すすきのP&J勤務&会社経営(24歳/北海道)バツイチ独身・娘1人

すすきののちょうちょ、みづきです♥ しゃべり方がおっとりしてるせいか、運動神経なさそうって言われるけど、フィギュアスケートとバスケをやってました★ 5歳の娘がいて、一緒にオシャレするのが趣味です♪ デニムにTシャツとか、わりとユニセックスなアイテムが好き♥ バレンシアガとかブランド物も着るけど、ユニクロも愛用してるよ♥ 最近自分の会社を立ち上げたので、美容系のお仕事もやっていきたいと思ってます!



目元をキリリと引き締めて唇に色気をオン♥

ふだんMake♡

まつエクなのもあって、日頃はごくナチュラルメイク! 一番ていねいなのがまゆげくらいという(笑)。そのぶん、肌トラブルは皮膚科でしっかり診てもらって、悪化しないよう気をつけてるよ★ 保湿も欠かさない♥

ご出勤Make♥

ふだんメイクと大きく違うのは、アイメイクとリップ♥ けど猫目がコンプレックスだから、きつくならないようにラインの引き方を気をつけてます♪ カラコンはどっちのメイクもキャンマジのビギナーブラックです★

♥ Make Point ♥

アイラインは目尻だけ★



二重幅があんまり広くないから、ふだんのアイラインは目尻だけ! ラブライナーのブラックで、目尻を平行にすっと延長。このほうがまつエクの存在感も引き立つ気がする♪ ラブライナーはテッパンで使いやすい。

まゆげはフルメイク!



サナ エクセルのペンシルで眉尻を描き足し、KATEのデザイニングアイブロウ 3D EX-4で隙間を埋める♪ ヘビーローテーションのカラーリングアイブロウ 05 ライトブラウンで色づけしつつ毛流れを整える♥

コーラルリップでヘルシー



DHCのリップで唇を保護したら、YSLのルージュボリュプテシャインをまんべんなく塗って、クリニークのグロス superbalm01 アプリコットを薄く重ねる♥ コーラルピンク系で統一して健康的に見せるよ★

M・A・Cのパウダーだけ♥



皮膚科でもらった日焼け止め入りの下地を塗ったら、M・A・Cのミネラライズスキンフィニッシュナチュラルライトをコンシーラー的にささっと重ねるだけ。気分でたまに淡めにチークを入れたり。相当時短(笑)。

♥ Make Point ♥

透明マスカラで束感!



いわゆる黒いマスカラは使ってなくて、セザンヌのクリアマスカラでつけまっぽい束感を出すように整えてるだけだよ♥ ちなみにまつエクはCカールを120本くらいつけてて、目頭から目尻に向かって11・12・13ミリ♥

3色でしっかりグラデ♥



ルナソルのスキンモデリングアイズ 01BeigeBeigeの右下以外の3色でグラデをしっかり作る★ カウンターでBAさんに教わった教科書通りそのまんま(笑)。ルナソルのシャドーパレットはパール感が上品でいいよね♥

ジェルライナーでくっきり



二重幅をつぶさないようになるべく細めに引くよ♪ 猫目を強調しないよう上はタレ気味に延長、下は黒目下から引いて上のラインとつなげるよ♥ 使ってるのはボビイブラウンのロングウェアジェルアイライナーブラック。

赤味リップで艶っぽく♥



シャネルのルージュアリュール 99PIRATEを塗って、フローフシのコーラルピンク系のグロス LIP38℃リップトリートメント 2018s/sのNude003を重ねて、ちゅるんとさせる★ ほどよい赤味とツヤで色気を演出するよ♥



あさひ

人材紹介営業&横浜レッドシューズ勤務（28歳／神奈川県）独身・子供なし

主夫募集中♥ ショートヘアが名刺代わりの男前兼業ちょうちょ♥

昼は人材派遣などの営業、夜は横浜のキャバクラで働いてます♪　なので、昼間はキャバ嬢っぽく見えないよう気をつけてます★　夜の世界に足を踏み入れたのは大学時代、学費を稼ぎたいと思ったのがきっかけ。でも今では趣味みたいなもので、かわいいキャバ嬢がいれば全国どこでも会いに行っちゃいます(笑)。結婚願望はあまりなくって。私が稼ぐので、家事が完ぺきにできる日本人だけど口ひげの似合う顔の濃い方、アプローチ待ってます♥



ふだんMake♥

昼夜兼業かっこいい♥

人材派遣・紹介、オーダースーツを売ったりする会社で働いてます♥　メイクは極力薄く、でもデキる女に見せたいのでアイラインでキリッと見えるよう心がけ♪　陽の光の下だとやっぱ見え方が全然違う！

ご出勤Make♥

全体的に少しずつ盛ってメリハリを出しつつ、ホクロを描き足すのが最大のポイント♥　時に目元、時に口元とか、描きボクロはお客さんにも評判いいんです♪　カラコンは昼も夜もハニードロップスのハニーチョコ★

♥ Make Point ♥

お肌はツヤ感重視★



ベースも健康的に見えるよう、ツヤ感を重視！ Dior スキン フォーエヴァー アンダーカバーでアラを隠したら、マキアージュのドラマティックパウダリーでパーフェクトな肌に♪　この2つがあればカバー力完璧!!

薄めピンクをふんわり♪



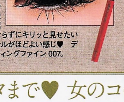
インテグレートのチークスタイリスト PK272 の左端の淡いピンクが中心の、ふんわりチークにします♥　何もしないと色が白いのでいまいち不健康…。自然に血色をプラスして、商談中の表情もいきいきして見えるように★

単色シャドーでツヤON♥



シャドーも濃く見せたくないから、単色で。ブラウンのアイラインとも相性のいい、左下のゴールドベージュでまぶた全体をツヤっとさせるだけだよ★　マキアージュ ドラマティックスタイリングアイズ 0R303。

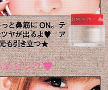
ブラウンライナーできりっ！



ごく細く目頭から目尻ちょい平行延長でラインを引く。黒目がちに見せたいからまつげの根元もしっかり埋める★　濃くならずにキリッと見せたいから、茶ペンシルがほどよい感じ♥　デジャヴュ ラスティングファイン 007。

♥ Make Point ♥

ハイライトで顔にメリハリ



店内はどうしても薄暗いからハイライトで顔にメリハリを♪　パルガントンのハナタカパウダーのピンキーゴールドを指でささっと鼻筋に ON。テカリじゃない上品なツヤが出るよ♥　アイラインを引いた目元も引き立つ★

リップはいろいろ重ねる★



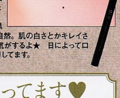
ISKIN のリップ美容液リップアディクト 213 で唇をぷっくりさせたら、シャネルのルージュココ 482 を塗って、ルージュココリップブラッシュ 416 とルージュココグロス 806 をさらに重ねてうるツヤリップに仕上げ♥

チークは濃いめピンク♥



昼間は薄めだけど、夜は右端の濃いめピンクを中心に使うよ♥　笑った時に高くなる部分に横長に入れる♪　使ってるのはインテグレートのチークスタイリスト PK272。ベタッとつかないよう、ブラシでふんわりと！

稼働式ホクロを描く♥

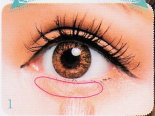


LB リキッドアイライナー 002 ブラウンブラックで、目元に描きボクロをちょんとさりげなく入れる。真っ黒じゃないのが自然。肌の白さとかキレイさも強調できる気がするよ★　日によって口元にも描いたりしてます。

洗練された目元に♥



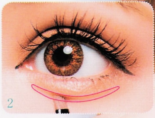
涙袋の作り方♥



上まぶたと色を統一して派手さを軽減♪

ケバく見えないように目頭から2ミリほどあけ、目尻のシャドーと繋がるようになじませながらアイホールと同じ色をのせます★

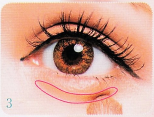
リンメル ロイヤルヴィンテージアイズ003



ノーズシャドーと同じ色で涙袋の影にも統一感♥

アイブロウパウダーの上と中央を混ぜて色を調節し、こちらも目尻のシャドーと繋がるように影を描きます✧

KATE デザイニングアイブロウ 3D EX-4



違和感をなくすため優しくぼかす✧

影がくっきりしすぎていると目元が怖くなるので、仕上げに②で描いた影をシャドーでぼかしてなじませたら完成です★

リンメル ロイヤルヴィンテージアイズ003

リップの色で遊びたいから目元の色数は最小限が◎

専属モデル 小原優花（28歳／東京都）独身・子供なし



昔はみんな白くてピカピカしてたよね

涙袋の歴史を振り返ってみよう♥



2013年11月頃

白シャドーにギラギラのラメを重ね、時にはヒアルロン酸も注入してとにかく強調してた♥ ぷっくり涙袋全盛期✧



2014年11月頃

1年前の反動か、一気にナチュラル化。明るめのシャドーをサラッとのせるだけのさりげない仕上がりが主流♥



2016年3月頃

涙袋熱が再発♥ 3年前とは違ってベージュやゴールドといった肌なじみのよい色でキラキラ感をプラスするように♪



2017年9月頃

あいかわらずベージュやゴールドで涙袋を作りつつ、淡いブラウンで影を入れることで立体感を出すようになった♪

やっぱり涙袋が欲しい♥

白くてキラキラのシャドーを重ねた時代もあった。
ヒアルを入れて立体感にこだわったときもあった。
そして今、私たちがたどり着いた結論はコレ！

自然なぷっくりがかわいい♥

デカ目効果が期待できて、女性らしい印象をアップしてくれる涙袋✧ 一歩間違えるとわざとらしくなってしまうから、お姉さんたちが研究と練習を重ねた盛れる涙袋の作り方をご紹介します♥ ぷっくり見せたい人も、ナチュラル派な人も必見です♪

PHOTO_Shin Chishaki (will creative) **HAIR**_Ayumi Maruyama **DESIGN**_Mutsumi Sawada **EDIT&TEXT**_Anna Kuriyama

上まぶたと下まぶたの色や濃さに統一感を出して



つやつやパールを仕込んで永遠のベビーフェイス♥

専属モデル（35歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

涙袋の作り方♥



ツヤツヤシャドーでぷっくり感を演出♪
涙袋はあるけどもの足りないから、パール感の強いシャドーを下まぶた全体にのせると顔全体が華やかになるよ♪

ジルスチュアート シマークチュールアイズ07



影を入れることで立体感を出すよ★
まゆげにも使ってる眉ペンで涙袋の下に影を描く♥ あとでぼかすから線が太くなりすぎないように引くよ♪

ビボ アイフル マユズミA ライトブラウン



しっかりぼかして肌になじませる★
ただ描いたままだとくっきりしすぎて浮いちゃうから、綿棒を使ってふんわりぼかして本物の影のように見せる♪

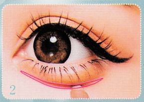


涙袋の作り方♥



くすみやクマをキレイに隠す♪
ベースメイクでも使っているローライトを下地として涙袋全体にON♪ 白浮きせず顔色が自然と健康的に見える♥

THREE シマリンググローデュオ 01



細いアイブロウで影を濃くする♪
このペンシルは断面が平らで細めだから描きやすいの♥ もともとある涙袋下のくぼみに、沿うように影を入れる♪

エチュードハウス ドローイング アイブローデュオ02



ピンクゴールドで血色感をプラス♪
涙袋全体にラメ感のあるピンクゴールドを重ねることで、立体感が出て血色がよくなり、若々しい印象になる♪

エチュードハウス プレイアイカラー In the Cafe





クマ隠し&血色UPで見た目年齢－3歳大作戦★

美の伝道師（32歳／東京都）
独身・子供なし
真優川 咲さん

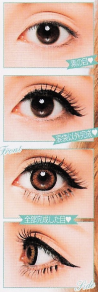
ギラギラはやめたけど立体感を出すためにキラキラはON♥



影よりも光で魅せる
オトナの正しい涙袋♥

ダンサー（29歳／東京都）
独身・子供なし
RIRIさん







大好きなバブルスと同じ
まん丸目指してキラキラに✧

専属モデル（26歳／東京都）
独身・子供なし
根本弥生

涙袋の作り方♥



1 ベースを塗ることでぷっくり見せる★
細かいパールが入った涙袋専用シャドーを目尻までたっぷりのせる♥　これだけで立体感が出るから、影はいらないの😊
キャンメイク ラスティング リキッドアイズ01

2 ラメをトッピングして目立たせる✧
①と同じく、涙袋全体にキラキラのラメを重ねるよ♪　のせすぎると一昔前のギャルみたいになるから、薄く細くが鉄則😊
ディオールショウ フュージョン モノ

3 目尻のブラウンで引き締める★
ハイライトカラーだけじゃ目の印象がぼんやりするから、明るさやラメ感の違うブラウンシャドー2色を混ぜて目尻に♥
エチュードハウス プレイカラーアイズ Cherry Blossom

涙袋の作り方♥



1 まずは下まぶた全体をパッと明るく✧
先に目尻にのせていた濃いめのブラウンシャドーと重なるところまで塗る♪　②のラメを目立たせるためマットが◎😊
ドーリーウインク アイシャドウⅡ 01

2 ラメは部分的に活用しタテ幅を強調★
目のタテ幅を大きく見せたいのと、瞳がウルウルしてかわいく見えるから、黒目の下にだけピンポイントでラメを重ねる✧
リンメル ダブルスターアイズ001

3 中央だけ影を描いて丸く大きく見せるよ♥
影を描くのはタテ幅が極立つように真ん中だけ。違和感が出ないように半円をイメージして描くと丸目っぽく仕上がるよ♪
サナ ニューボーン WブロウEX N B9

あまり目立たない自然な仕上がりの涙袋が好き♥





ぷっくりパールのレフ板効果で
瞳の中までツヤっぽく✧

ジュエリーブランドI-K-Iデザイナー（34歳／東京都）
独身・子供なし
美咲さん





専属モデル（33歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵

いかにもな涙袋は苦手💧
さりげない立体感で美人顔✧

涙袋の作り方♥



1 肌になじむかどうかで使う色を決定★
浮いたり顔色が悪く見えないように、色白でもなじむ明るめのブラウンで、目頭〜目尻までスッと細めの影を入れていく♪
ビボ アイフル マユズミA ライトブラウン

2 下地を塗りながら影をぼかすよ♥
先に引いた影をぼかしながらなじませたいから、伸びがよい柔らかい質感のクリームシャドーを涙袋全体にサラッとのせる😊
ミシャ EYE FIT STICK SHADOW Sand Castle

3 パールを重ねて華やかに仕上げる✧
パールシャドーを目頭〜黒目の外側まで細めに入れることで、目頭部分がツヤっと見えて目元を自然と強調できる♪
エチュードハウス プレイアイカラー In the Cafe

涙袋の作り方♥



1 ベースシャドーで発色をよくする♪
ツヤっとしたベージュを目頭〜黒目の外側くらいまでのせる★　こうすることで、②で使うシャドーの発色が良くなるの😊
ルナソル サニーサマーアイズEX01

2 さりげない立体感はゴールドラメで✧
わざとらしい涙袋にはしたくないから、小粒のゴールドラメを①と同じ範囲に重ねてナチュラルな立体感を演出するよ♥
ルナソル サニーサマーアイズEX01

3 影はもの足りないくらいがちょうどいい✧
クマっぽく見えないように、アイブロウパウダーの1番薄い色を使って、①で塗ったシャドーの下にほんのり影を描くよ♪
KATE デザイニングアイブロウ3D EX-4D


sugar
オータムレッドを取り入れて気分はグッと秋モード
この秋シュガーがおすすめするのは、落ち着いた色味が大人っぽい深めな”オータムレッド”特にレッド×ブラックの2トーンドレスはシンプルかつモードにまとまるから明るい色味が苦手な人にはぴったり♡
Model:RinaSakurai,Kanae Sugiyama Photo:Tatsuya Kuribara Hairmake:Ayumi Maruyama
大胆に開いた胸元がフェロモン全開なレースドレス。フラワーレースドレス ¥22,800 パールピアス ¥3,300（すべて sugar）
胸元のリボンスカーフデザインが今年っぽいトレンドドレス。バイカラースカーフドレス ¥21800 オーロラビジューピアス ¥9,800（すべて sugar）
sugar
sugar 公式
http://www.sugar-net.com/
LINE@
sugar-dress
instagram
dress_sugar
姉 ageha 限定
500 円 OFF クーポン
お買い物の際に右のクーポンコードを入力するとお会計が 500 円 OFF になるよ♡
coupon code
ane08
有効期限:2018 年 10月 31 日まで





“ねじった毛束と
平行にピンを入れ込めば
1日中崩れ知らず♥”

ジュエリーブランドk-デザイナー（34歳／東京都）
独身・子供なし
美咲さん

このアレンジに必要なもの



普通サイズのアメピン。先端に玉がついていないものが◎。

Q. ピンの正しい留め方が分からず、髪がパラパラ落ちてきます。

ANSWER

土台の髪をすくう&ピンは平行に

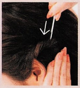
固定したい毛束と土台の髪をしっかりすくって、毛束と平行に押し込めばホールドされるよ。押し込むときにピンの方向を変えるのがコツ!!

The Right Process

正しいやり方

1 ピンは地肌に沿って!

髪をねじったら、ピンをしっかり開いて土台の髪と一緒にはさむ。そのとき、ねじった毛束に対してピンを直角に差し込む。



2 ピンの方向を変えて押し込む

毛束をはさんだまま、ピンの方向をねじった毛束と平行に変えて押し込む。ピンが表面から見えないよう、毛束の内側に入れ込んでね♥



The Wrong Process

間違ったやり方

1 ピンを横向きに差すのはNG

ねじった毛束に対してピンを横向きのまま押し込んじゃうと、あとからゆるみやすいよ。最初にはさんだら、角度を変えて押し込んで!



2 土台をすくわないとゆるむ!

ピンで毛束をはさむとき、土台の髪をしっかりすくうこともポイント。こんな風に指が隙間に入っちゃうのは土台がすくえていない証拠!



nge Q&A♥

ポニーテールもくるりんぱもやり方は知ってるハズなのに、なぜか上手に仕上がらない💧　それってちょっとしたコツを知らないからかも！　いつものヘアアレ企画じゃわからなかった、アレンジをおしゃれに見せるコツ&長持ちさせるテクをレクチャーします♥

Q. 逆毛を立てると汚くなって落ち武者みたいになります!

ANSWER

クッションブラシで空気感を出す

落ち武者になる原因はボリュームの出しすぎ。コームではなくクッションブラシを使えば程よい空気感が出るよ。毛束の中間から立てるのもコツ😊

The Right Process

正しいやり方

1 根元をスプレーで立ち上げ

髪を立ち上げる効果のあるブリリアント パウダーシェイクを、根元に軽くスプレー。空気を含んだように、ふわっとボリュームが出るよ!



2 中間くらいから逆毛を立てる

巻いた毛束の内側にクッションブラシを入れて下から上に動かす。毛先からやるとボサッとするので、ブラシを入れるのは中間からが正解😊



3 毛束をパラパラ落とす

全体にボリュームが出たら、毛束を手で持ち上げ、パラパラと落とす。束感を出す効果と、内側に空気が入ってふわふわな仕上がりになる♪



このアレンジに必要なもの



a.ネオシャイン ブリリアント パウダーシェイク キープ
b.クッションブラシ

ランダムボーダーTシャツ¥4,900／Bloomin





“逆毛の立て方
次第でかわいくも
おばさんにも
なるという恐怖!”

The Wrong Process

間違ったやり方



コームを使うとボサボサに

コームで逆毛を立てるとボリュームが出すぎて落ち武者の原因になる💧　程よい空気感が出るクッションブラシを使うのが正解!

Hair Arra

ピンで留めたはずなのに髪が落ちてくる…巻きが1日もたない！ etc…

自分で思うように
アレンジできない原因と
解決策をお届けします！

PHOTO_Shin Chishaki(will creative)　HAIR_Ayumi Maruyama
DESIGN_midoriya　TEXT_Akiyo Nishino　EDIT_Marika Koizumi

Q. "手ぐしでざっくりまとめる"と言うけどいい感じにざっくりまとめられない！

ANSWER

表面を引き出して動きをつける

まとめる時点で手ぐしのざっくり感が出なくても、あとから毛束を引き出せばいい感じの無造作感が出せるよ。まんべんなく引き出して立体感をアップ★

Hand comb

"引き出しテクで
表面に動きをつけて
"手ぐし感"を後づけ♪"





Side

Back

早川沙世
専属モデル（35歳／東京都）
独身・息子1人・娘1人

ハイネックデザインカットトップス¥3,540／Bloomin

The Wrong Process

間違ったやり方

手のひらを当てるとぺったりしちゃう！



髪を集めるときに、手のひらを当てながらまとめてしまうとボリュームがつぶれる原因に。指を立てて、かき集めるようにまとめるといい感じ。

The Right Process

正しいやり方

1 ゴムで結ぶ前に引き出す★



髪を手ぐしでひとまとめにしたら、ゴムで結ぶ前にトップの毛束をつまんで引き出しておく。ここでやっておくとざっくり感が出しやすい！

2 えり足の毛束もゆるめる



ゴムでポニーテールにしたら、えり足の毛束もつまみ出してゆるめて。見落としがちだけど、ここをゆるめると一気にこなれ感が高まる♥

3 立ち上げたい方向に引き出す



毛束を引き出すときは、立ち上げたい方向に引っぱること。トップの毛束は真上に向かって、耳周りの毛束は横に向かって引き出してね。

Q. くるりんぱをキレイに作るのって地味に難しい！

ANSWER

根元をつめてから毛束をゆるめる

くるりんぱ自体は簡単だけど、おしゃれに仕上げるコツはゆるめ方。くるりんぱしたあとに根元をつめてからゆるめると、しっかり凹凸感が出て◎♪

Kururinpa

"簡単ヘアこそ
ひとつひとつの
工程を丁寧に
やるのが大事✧"





Side

Back

レース切り替え2way
チョーカー付きドレス
¥20,800／sugar

The Right Process

正しいやり方

1 ゆるめのハーフアップに



耳上のラインでハーフアップに結ぶ。地肌とゴムの間をゆるめに結び、最初からくるりんぱするすき間をつくっておくと仕上がりがキレイ！

2 根元のたるみをつめる！



地肌とゴムの間に毛先を上からくぐらせて、くるりんぱする。毛束を左右に分けて引っぱり、根元のたるみをぎゅっと詰める。ここが大事☝

3 ゆるめてニュアンスづけ♪



ねじれた部分やトップ部分を指先で引き出してゆるめる。②で根元のたるみをつめてからゆるめることで、キレイなニュアンスが出るよ。

正しいやり方が難しければ、この方法でもOK！

ねじってから結ぶ方法もアリ♪



耳上の髪を左右に分け、それぞれ内向きにくるくるねじる。このまま後頭部でドッキングしてゴムで結べば、くるりんぱの状態に★



Q. 前髪が割れてしまいます！

ANSWER

根元をしっかり濡らしてからブロー

前髪が割れる原因は、元の生えグセをリセットできていないから。乾いたままブローしても流れは変わらないので、根元を濡らしてからドライヤーでクセづけて★

“前髪さえキレイに仕上げればアレンジなしでもサマになる♥”



Back　Side

このアレンジに必要なもの



前髪を濡らすときはスプレーを使うと便利。a.クッションブラシ b.ドライヤー c.水スプレー

The Right Process

正しいやり方

1 前髪の根元を濡らす



水スプレーで前髪の根元をしっかり濡らして元の分け目をリセットする。毛先ではなく、根元を濡らさないと元のクセがとれないので注意★

2 根元をメインにブロー✧



好みの分け目をつくって、流したい方向に手ぐしで引っぱりながらブロー。濡らした状態から乾かすことで、毛流れがしっかりクセづくよ。

3 仕上げにブラシで内巻きに



根元がクセづいたら、ブラシでテンションをかけながらブロー。根元から引っぱり、毛先が内巻きになるようにブラシを抜いて流してね。



Q. 編み込みを自分でできるようになりたい！

ANSWER

地道に練習してコツをつかむしかない！

編み込みを上達させるには、頭で考えながらやるよりも手が慣れるのが一番。最初のうちはブロッキングや毛束の取り方を丁寧にやると失敗しにくいよ✧

“まずは毛束同士が絡まないように編む練習からスタート！”



Back　Side

このアレンジに必要なもの



ブロッキングには毛束を厚くはさめるダッカールを使用。

The Right Process

正しいやり方

1 編み込み部分をブロッキング



余計な毛を巻き込まないように、編み込みしたい部分をダッカールでブロッキング。慣れないうちは、このひと手間でグッとやりやすく♥

2 毛束を均一な太さに分ける



最初に毛束を3等分するときは、キレイに均等に分けること。最初の毛束がバラついていると、このあとの編み目が不揃いになっちゃうよ◊

3 毛先がからまないよう注意



編んでいくうちに毛束同士が絡んできちゃうことがあるので、指で整えながら編んで。たるまないよう一定のテンションをかけるのも大切。



Q. トップの髪がぺたんこになりがちです。

ANSWER

ジグザグ分け＆アイロンで立ち上げ！

髪がやわらかい人は、根元を立ち上げるようにアイロンでクセづけるとふんわり感が1日持続しやすいよ♥　髪にハリがある人はジグザグに分けるだけでもOK♪

“トップにボリュームがあるだけで小顔に見えるし盛れる♥”



Side　Back

このアレンジに必要なもの



a.ネオシャイン ブリリアント パウダーシェイク キープ　b.ストレートアイロン

The Right Process

正しいやり方

1 トップの分け目をジグザグに



コームの柄やツメを使って、トップの分け目をジグザグに分けるよ♪　毛質が固めのコは、これだけでもトップがふわっと立ち上がるハズ！

2 アイロンで立ち上げる



分け目と平行にストレートアイロンで毛束をはさみ、立ち上がりのクセをつける。分け目にそって4束くらいに分けて表面だけやればOK★

3 スタイリング剤で仕上げる



固めずにボリューム感をキープできるパウダーシェイクで根元の立ち上がりを固定。時間がたってヘタってきてもくしゅっとにぎれば復活！


Side


Back



フラワーオフショルワンピース¥12,800／Riina couture

Q. 巻きがすぐとれる！1日もちません。

ANSWER

細かく巻いて強めにカールをつける

ちょっと面倒でも、毛束を細かく取りながら巻いたほうがカールが長持ちする！
巻く前にカールローションを使うなどスタイリング剤を工夫するのもひとつの手段♥

このアレンジに必要なもの



ブロッキングには便利なダッカールを使ってね♪

“一生懸命巻いたのに家出た瞬間ストレートに戻る悲劇とサヨナラ♥”

The Right Process

正しいやり方

1 3段に分けて巻いていく



細かめに巻くほど巻きが取れにくくなるので、上中下の3段にブロッキングして巻いていく。ダッカールを使って、下→中→上の順に♪

2 細かめに毛束を取る★



1回に巻く量は少なめに、目安は2〜3cm幅くらい。毛先から巻き上げると中間のカールが弱くなるので、中間から巻いていくのが正解！

3 冷めたら手ぐしでほぐす



カールは髪の熱が冷めるときにクセづくので、熱がなくなってから手ぐしを通してほぐす。温かいうちにほぐすとカールが取れちゃうよ◊


Back


Side

Q. いい感じに毛束をゆるめるさじ加減がわかりません。

ANSWER

編み目の外側を引き出して広げる

三つ編みをゆるめるときはやりすぎると崩れちゃうので、少しずつ引き出して調整するよ。
編み目を左右に広げるイメージで、外側を細くつまみ出してね

“ふっくら感を演出した、ガキンチョにはできない大人の三つ編み♪”

The Wrong Process

間違ったやり方



編み目の内側からつまむのはNG

編み目の内側からつまんで引っぱると、編み目が広がらずに内側に穴が開いちゃう◊　広げるときは必ず編み目の外側をつまんで！

The Right Process

正しいやり方

1 編みながらゆるめていく



髪が長いコは、三つ編みが完成してからゆるめるとうまくいかないので、編みながらゆるめておくとスムーズ。3〜4目編むごとにゆるめて✧

2 三つ編みの外側をつまみ出す



ゆるめるときは三つ編みの外側をつまんで引っぱる。指先を使う感じで、なるべく細く取るのがコツ！　編み目がキレイに左右に広がるよ。



ジュエリービジュートップス¥7,800／Riina couture


Side


Back



ヴィンテージフラワーロンパース¥9,800／Blomin

Q. 上手にゴムを隠すにはどうしたらいいですか？

ANSWER

巻きつけた毛束の内側にピンを隠す

ゴムを隠すときに失敗しやすいのは、巻きつけた毛束をピンで固定するとき。
スモールピンを使うこと&ピンを毛束の内側に隠すのが成功のポイント！

このアレンジに必要なもの



小さいサイズのアメピンなら毛束の内側に隠しやすい。

“ゴムを隠す基本テクはマスターしておいて損しない♪”

The Right Process

正しいやり方

1 ゴムに毛束を巻きつける



細く取った毛束をゴムにクルクル巻きつけ、毛先をスモールピンで固定する。ピンを縦にして毛先をはさみ、巻きつけた毛束に差し込む。

2 毛束にピンを隠して固定！



ピンは、巻きつけた毛束の内側に隠すように押し込むよ。表面からピンが見えると野暮ったいので、毛束に隠して仕上がりに差をつけて♥

The Wrong Process

間違ったやり方



大きいピンを使うと隠せない

大きいピンを使うと毛束の内側に隠すのが難しいので、スモールピンを用意して。ピンはドラッグストアや100均とかで売ってるよ！

議題二「好きなことして生きていく方法って?」



渋谷ラ・ブージュ デンタルクリニック院長
(36歳／東京都) 独身・子供なし
木村美和子先生
渋谷でお口の美容専門クリニックを開業して約3年半★ 姉agehaモデルたちからも絶大な信頼を得ている✧

専属モデル
(28歳／東京都)
独身・子供なし
小原優花
フィットネスウェア、アイラルのプロデュースを手がける♪ ゼビオグループとの事業提携も決定し順風満帆✧

お稽古サロン経営&講師(32歳／愛知県)
独身・子供なし
奈々子さん
地元名古屋でアーティフィシャルフラワーとバレエの教室を主宰して6年。20〜50代まで幅広い世代の方に人気♥

北新地バー
ココムーン オーナー
(32歳／大阪府)
独身・子供なし
まなかさん
2年前に北新地のキャバクラ「バニラ」を卒業してバーをオープン。2月には1周年を迎え、経営者として奮闘中



好きを最優先に考える

美和子先生 私は昔から美容関係のお仕事をやりたかったんだけど、歯科医である親の強い希望で歯科医師の免許を取ったんだ でも、自分の色を出したくて就職せず開業する道を選んだ✧ 歯医者って痛いとか怖いってイメージしかなかったから、自分が大好きな美容と融合してみたいと思って♥

優花 かっこいい! こういうギャルっぽい雰囲気は学生の時からですか?

美和子先生 学生時代は黒ギャルでパラパラ踊ってたよ♥ 外見はヤマンバだったけど試験の前は睡眠時間3時間くらいで勉強してた。

奈々子 私は大学卒業後に小悪魔agehaに出るようになったのがきっかけでタレント活動を続けていたけど、20代後半からはバレエとお花のお稽古サロンを始めたよ♥ ずっとタレントでやっていくのは厳しそうだと思ってたし、名古屋から出る気もなかった もともと人に何かを教えるのが好きなので今の仕事は天職だと思う★ でも拡大しようっていうよりは、マイペースに楽しくやって行きたい♥

優花 私はインフルエンサーとモデルをやりながら、フィットネスウエアの会社を経営してるよ✧

まなか みんな就職せずに、独立して働く道を選んだんやな!

かったコトが気になってくる…

きていくべきか議論する会♥

PHOTO_Yoshinobu Bito HAIR_Chiharu Koya、Takemasa DESIGN_Asami Imamura (ATOM☆STUDIO) TEXT_Yuriko Isayama EDIT_Anna Kuriyama

好きなことで稼ぐためにはチャンスを掴む勇気と行動力が必要

優花　高校を卒業したら、就職率がめちゃめちゃいい美容専門学校に入ろうと思ってた その頃eggの読モとブロガーもやってたんだけど、その専門学校は1日でも休んだら卒業できないくらい厳しかったから読モもブロガーも一旦辞めて専念しなくちゃって思ってました。高校3年生のときに最後の自由な時間だと思って大好きな益若つばさちゃんのイベントに行ったの✧ そしたらそこでその後10年間一緒に仕事をすることになるイベントのオーガナイザーさんとの出会いがあったんです。

美和子先生　運命的な出会いだね✧

優花　はい、それで「君、面白いことしてるね。ブロガーを辞めるのはもったいない」って言われて。その後の進路相談で「ブロガー頑張ります！」って言ったら先生は「？？」って顔をしてた（笑）。でも母が言ってくれたんです。「チャンスは一瞬だから本当に掴む自信があるならやりなさい。自信がないならマジメに専門学校へ行きなさい」って。その一言が、好きを仕事にするきっかけになったかな。

まなか　すごい！　なんか、ドラマみたいやね✧

優花　本当にチャンスって一瞬なんですよ。気がつかないうちに通り過ぎちゃうこともあるから掴み取るエネルギーが大切なんだなって。

まなか　ゆんちゃんは、ちゃんと自分で考えて自分で選択して、チャンスを掴んでるよね。筋肉系の仕事はいつからしてはるん？

優花　7年くらいブロガーやインフルサーとかのお仕事をやってたんだけど、なんとなく何か新しいことを始めて自分の人生を180度変えたくなったんです。それで、今何ができるだろうって考えたときに思いついたのが肉体改造だったんです ただ体を変えるっていうだけじゃなくて精神面を叩き直そうって思ってた。だから頭を丸めてお坊さんになってもよかったんだけど（笑）、一番自分の仕事に近くてリアルにできそうなトレーニングを選んで、やるからには大会に出て極めようと思って決めていました✧

まなか　ストイックやなー！

優花　姉agehaに出て1年目くらいで急にマッチョになったんだけど、実はその1年間ってただ何となく…っていうのが多かった　チャンスは巡ってきたけど、自分から掴みに行ってる感覚はなくて、もらったチャンスに乗っかってるだけみたいな。でもチャンスは掴まなきゃいけないものだって思っていたから、修行のつもりで始めたんです

まなか　私の場合は、今やってることがどうしてもやりたいことってわけじゃないから今が修行の最中なんかなって思う。

奈々子　本当は何がしたかったの？

まなか　昔は専門学校でヘアメイクの勉強とかしてたんやけど、あんまりピンとこなくてネットショップをやってみたりしてた時期もあってん。それで運営資金を稼ぎたくて夜の仕事を始めたのがきっかけでずっと続けてきてる。そんな時、10年来の仕事仲間がバーをやりたいから手伝ってくれへんかっていうことで始めたのが今のバーなんやけど、彼女がオープン前に体を壊してしまって、私が引き継ぐことになった。今は経営や人を育てることを学んで、いつかお店を任せられる人材が育ったら自分のやりたいことのために旅立ってたらなって思ってる✧



自分の選んだ道に責任を持つこと

優花　次はどんなことをやりたいの？

まなか　昔は野心があって仕事ばっかりの人生やったけど、30歳を過ぎた頃から自分の時間が欲しいって思ってる。

優花　そう思うんだったら1回超ゆっくりしてみるのもいいかもしれないですね。そういう時って1度休みを取るとまたエネルギーが戻ってくる気がする。

まなか　確かにそうかもしれへん。外の自分と、中の自分が合ってなさすぎるんやと思う。ほんまは結構のんびりしてる性格やから。

優花　それならなおさら気を紛らわしたほうがいいです。もちろん誰かに迷惑をかける環境は作らないほうがいいけど、なるべく早い段階で誰かにパスをして1度〝無〟になってみたら、また本当の自分になれるかもしれないですよね♥

美和子先生　ふらっと旅に行ってみたりするのもいいよね

優花　海外旅行に行ったところで自分の人生が劇的に変わることはないと思うけど、携帯電話も繋がらないようなところに行って普段の自分から離れることで見えることはめちゃめちゃあると思う✧



まなか　怖くてなかなかできひんけど、確かにそうやね。

優花　素直な自分の声に耳を傾けることは大事だよね。

美和子先生　奈々子ちゃんは、そういうの自然に出来る感じがする！

奈々子　そうかもしれない。私は何が一番好きかっていうと、家で犬とぼーっとしてることなんです♥ でも生きるためには働くことも必要だし、教えることが好きだからバランスをとって無理しない範囲でやってるの★ でも、ゆんちゃんみたいにエネルギッシュにどんどん事業を広げていくのも、かっこいいなって思って憧れる

優花　私の場合は、好きなことをしていこうと思ったらたまたま会社が必要だったんですよ。ただ会社をやってますっていうんじゃもちろんダメだから、経営のこともイチから学んだよ 会社を始めたことで事業として新しいことにチャレンジできるようになったし、今やってる事業も拡大していけるようになったのは大きいかも✧ 好きなことを貫いて仕事してると、周りの人からは「自由だし、楽しそうでいいね」って言われるけどそうじゃないよね。誰も守ってくれないし、自分の責任で作ったものも、いつか自分で壊していかなきゃいけない時がくるかもしれない。好きなことをするっていうのは覚悟の連続なんだと思う!!

美和子先生　自分で選んだ道である以上、常に責任を取る覚悟は必要だよね

結論

勇気と覚悟を持って挑戦し続けること

好きな仕事でも、マンネリ化したり立ち止まることもある。そんなときは失敗を恐れず、変化し続けるべし　やりたいことが定まらないなら、思い切って休む勇気も必要かも♥

仕事！ 結婚！ 見た目問題!! etc...

25歳を過ぎると今まで気にならな
これから先どう生

「今の仕事、ずっと続けていいのかな？」「年々理想が高くなる、でも結婚したい」「みんなお金のことどうしてるの？」「思い切って整形しようかな」私たちの頭の中は常に悩みと煩悩でいっぱい　だけどそれはみんな同じ　これからどう生きて行くか、真剣トークしてみたよ



広島の看護学生
(33歳／東京都)
独身・子供なし
青木りえさん
最近、振り回されてばかりの恋愛を卒業したらモテ期が来た!? 結婚したいと思いつつもついのんびりしちゃう♪

専属モデル(35歳／東京都)
独身・息子1人・娘1人
早川沙世
「いい男は見つけるんじゃなくて育てる」がモットーの姉御気質。りえちゃんの頼れる恋のお悩み相談役。

会社オーナー兼投資家
(31歳／東京都)
既婚・娘1人
寿リリカさん
パーフェクトな旦那さんと誰もが羨む結婚生活を送る。旦那さんとは出会った瞬間一目惚れで恋に落ちたそう！

メス力(りょく)ブロガー
(38歳／東京都)
バツイチ既婚・娘1人
神崎メリさん
結婚のことならこの人に聞け！ 酸いも甘いも知り尽くした恋愛エキスパート。インスタの格言集も必見😊✨

エステティシャン(28歳／埼玉県)
独身・子供なし
水原 乙さん
一人の男性を愛したいけど愛せない。幸せになりたいのに自分で壊してしまう…。恋に迷える独身シンデレラ。

議題二 「結婚すれば幸せになれるって本当?」

一人の男だけを愛せないんです

乙 私は病気だと思うんだけど、一人の人をずっと好きでいられないんだ💧

沙世 それ、私も一緒！

乙 周りのコを見てても、どうしてそんなに長く想えるのか不思議で、どうすれば気持ちを継続できるのかが知りたい。

メリ 冷めちゃうの？

乙 冷めちゃう…💧 幸せなんだけど自分で幸せを壊したくなっちゃうんだよね。

リリカ えー、なんで？

乙 うまく行ってても、自分が幸せになっちゃいけない気がして、わざと嫌われることをやっちゃうの…。

沙世 えー！ それはわからない（笑）。

乙 それでも私と一緒にいてくれるかどうかを見ちゃうんだよね。

沙世 あー、駆け引きをしちゃうんだ。

メリ 「試し行為」ってやつだね。割と小さい頃に家庭環境複雑だったりした？

乙 うん。

メリ そうだよね、そういう子って試すような行為をしちゃうの。自分の根底に自分は愛される価値がないんじゃないかって思っちゃうんだよね。

乙 めっちゃそう！ 常にそれがあるから、その根底から変えていかないと恋愛も結婚も無理だって思ってる💧

沙世 逆に純粋だと思うよ。

乙 本当は一人の人を愛したい。けど愛せない。だからちょいちょい、いろんな人とつきあうことが私の中では自傷行為になってるんだと思う。

メリ 本当そうだと思うよ。

沙世 でもそこまで自分で分析できてる時点で、もうすぐ乗り越えられそうな気もするよ！

リリカ りえちゃんは最近どうなの？

りえ 私はちょっと前まではよく振り回されてたんだけど、もうなんでも言うことを聞いたりするのをやめたの😼 そっちのほうが男性から好かれるようになった気がする♥

沙世 いい感じだね！ なんかりえはいきなり結婚しそうだよね。

りえ そうなるといいな♥ でも今は視野を広げていろんな人を見てみたい」

メリ こういう軽やかな感じもいいんだろうね、重いと男は逃げるもんね。

沙世 結婚って重いよね。まるで首輪されるみたいでさ！ 私はそれが無理で逃げ出したほうの人だから誰からも理解されないかもしれないけど…。

メリ 沙世ちゃんは男っぽいよね。

沙世 うん。昔は専業主婦に憧れてた時期もあったけど、実際やってみたらずっと家にいるなんて耐えられなかった!! でも本当に大切だなって思う家族的な愛もあると思うから、そういうのを共有できる人が現れたら一緒になりたいって思ってる😊



専業主婦に憧れてたけど
ずっと家にいるなんてムリ



メリちゃんの再婚って
パーフェクトだったよね！

自分を心底好きでいてくれる相手と結婚したら幸せになれた

沙世 メリちゃんは、どうやって今の人と再婚したの？

メリ 友達として、いろいろ彼の相談に乗っているうちに距離が縮まって。でも、私彼のこと全く好みじゃなかったんだよね（笑）。でも彼のほうは、私みたいな人と結婚できたらってずっと密かに想っていてくれたらしくて。でも、私はその頃別居中だったし、気がありそうな空気を出されると気持ち悪いって思っちゃって…💧 音信不通にしたりもしたんだよね。

沙世 その人よく敗者復活したね。

メリ その後、別居中の旦那ともう1度頑張ってみようってことで一緒に暮らし出したんだけど、お互い努力したけどやっぱりダメで離婚したのね。その時、次は自分のことをすごい好きでいてくれる人と一緒になったほうがいいって思って。

沙世 わかる、そこなんだよね！

リリカ 自分のことを大切に思ってくれるのが一番重要だよね。

沙世 それはそれで運命だよね！ リリカちゃんも旦那さんとは運命的な出会いをしたんだよね？

リリカ 主人とはお互い一目惚れで、もうこの人しかいないって思った♥ でもメリさんが言ってたように、結婚生活って愛されてこそ幸せなんだと思うよ。

結論

幸せな結婚の極意は「愛するより愛される」

追いかける恋は独身のうちにすませておくが吉!! 自分に心から惚れてくれる相手と結婚しないと、後々辛い想いをすることも💧 心と体を磨いて、究極の愛され婚を目指そう😊♥

議題三

「みんなお金どうしてる？」

結論

どう貯めるかよりもどう使うかで一生が決まる！

玉の輿に乗っても自由がなければ意味がない💧 アラサーからは得たお金を何にどう使うかに品格が現れる。夫婦で夢があったり将来設計ができていると目標設定しやすい♥



清掃業&飲食業（29歳／東京都）バツイチ既婚・娘2人
美花さん
幼少期は激貧生活も経験。食費は月2万円、美容代やファッション代は月1万円でやりくりする節約ママ😊

メスカブロガー（38歳／東京都）バツイチ既婚・娘1人
神崎メリさん
夫婦共働きで家計は二人で協力して支え合うスタンス★ プチプラコーディネートも上手で貯金も得意なほう😊♪

専属モデル（33歳／東京都）既婚・子供なし
加賀美 早紀
いつか旦那さんと一緒に事業をすることが夢。細々した出費や、タクシーなど無駄な出費は出さないのがモットー。

会社オーナー兼投資家（31歳／東京都）既婚・娘1人
寿リリカさん
経営者の旦那様と何不自由ない生活を送る♥ 今年の誕生日にはハリー・ウィンストンの時計やジュエリーをもらった✧

栄養士&ネイルアーティスト（31歳／群馬県）バツイチ独身・息子1人
流河さちさん
女手一つで子育中★ 息子の将来のためにも無駄使いはせずに堅実に貯金。20代の頃は1千万貯めたことも✧

結婚後のお金のこと

さち 以前結婚してた人が専業主婦としてずっと家にいて欲しいタイプの人だったんだよね。お金に不自由はしなかったけど、自由があってこそのお金だと思った😊 今度再婚するなら自由に自分らしく生活できる人がいいな。

メリ それは大事だよね。うちは夫婦共働きだから、だいたい月にこれくらいずつ出そうっていうのがあって、毎月その額を旦那に渡してるよ。

早紀 うちもお財布は別ですね。でも家賃とか光熱費とかは向こうが出してくれてて、生活費もカードを渡してくれてる。だからたまに外食に行ったときは日頃の感謝を込めてご馳走したりもしてるよ😊♥

リリカ 私もカードを渡してもらって生活用品を買ってる★

美花 うちは旦那からお金を渡されてて、一家4人食費月2万円でなんとかやりくりしてる💧

メリ 2万円はすごいね！



節約も大事だけど
我慢しすぎるのは禁物

節約は大事だけど金欲も必要！

美花 美容代とか洋服とか自分にかけるお金も月1万円くらい。普通の人はどのくらいなの？

メリ んー、でも私もあんまり使わないほうだから3万以内かな。

早紀 私は主に飲み代と洋服代で5万円くらい。でも飲んでもなるべくタクシーは使わないし、服を買うときも一度家に帰って、今ある服とコーディネートしやすいか考えて買うようにしてる。

さち 早紀ちゃんタクシー乗ってそうなのに意外！

早紀 よく言われる（笑）。普段は節約してるけど、私はある程度の金欲も必要だと思ってる。例えばいくらくらい稼ぎたいとか目標を持つとかね✧ それはただお金が欲しいからじゃなくて、自分の価値や幸せ度を上げるために仕事してる、それ自体に意味がある。

メリ 素敵な考え方だね。

早紀 最近は、いつか夫婦で小さなお店を一緒にやれたらって話してる。お金ってたくさんあっても意味がなくて、どう稼いで、どう使うかが大事だよね😊

議題四

「老けないためにできることは？」

結論

美容医療と友達に。でもときめく心も大事！

たるみやシミ取りレーザーなどの美容医療はもはやスキンケア。でも医療に頼りすぎずキュンキュンする心も大事。



ジュエリーブランドK-デザイナー（34歳／東京都）独身・子供なし
美咲さん
マイペースに美容を楽しむのがモットー♪ 最近は中国ドラマの「アジアンビューティ」を見て美意識を高め中★

専属モデル（28歳／東京都）独身・子供なし
小原優花
美容も仕事も自分に厳しくストイック！ トレーニングと食事管理が、美肌とたるみゼロなお肌のキーポイント。

専属モデル（35歳／東京都）独身・子供なし
桜井莉菜
メイクも髪型も流行より「自分にとって心地良いかどうか」が大事★ そのためにも美肌とたるみ治療に注力。

美の伝道師（32歳／東京都）独身・子供なし
真優川 咲さん
60歳を目安に長期美容計画を実行中✧ 小手先の美容だけではなく「予防美容」の理論で老いを迎え撃つ!!

整形コンシェルジュ（32歳／東京都）独身・子供なし
一条ありささん
美容医療の力も借りるけど、30代からはストレスを溜めないことが最大の美容液♥ 大好きな海で浄化してます。

現状維持派と変化派に二分!!

ありさ 今まで私は結構ジャンル変更してきたほうだと思う。そのためには整形もするし、肌も髪もガラッとイメチェンする✧

美咲 私もそういうタイプかも♪ 今回は黒髪にしてみた♥

莉菜 私は現状維持派だな🐱 「変わる＝老ける」だと思ってて、私の場合はだけど、メイクが薄くないのに髪が黒いのは似合わないかなって思う。

咲 私も現状維持に全力😊 60歳になってもきれいなおばあちゃんでいられるように、長期美容計画を実行中。次の策がなくなったら怖いから30歳まではレーザーも解禁しないで頑張ったんだ✧

優花 美容医療は効果が出すぎますもんね。美肌レーザーはもはやスキンケアだと思う。

莉菜 肌の調子次第で、気分もかなり変わるもんね😊 レーザートーニングもリフトアップも今は欠かせなくなってる🐱

ハッピー筋が衰えたら終わり!!

ありさ でも最近はお金をかければいいってもんじゃなくて、キレイでいるためにはストレスを溜めないことが一番だと思ってる。それを無視して整形だけしてもダメじゃない？

優花 健康でハッピーな人は顔に出ますよね。

美咲 ハッピーだと肌もくすまないよね。女性ホルモンが出てるからかも。

咲 それに表情筋を動かさないでいると、顔の筋肉がどんどん下垂していくの。好きな人ができてキュンとしたりハッピーなことがあると、こめかみあたりにキュッと力が入るでしょ。この「ハッピー筋」がすごい大事だと思う！

莉菜 確かに顔の筋肉、動かさなくなったかも。

咲 30代からはどんどん老いていく一方だから、1㎜でも老けない予防が大事。その最たるものがハッピーでいることだと思う😊



なんだかんだトキメキは
最強のアンチエイジング♥



ンスでこと♥

仕事を取ってきてする人のコト。6月
フリー8年目・佳那恵の対談が実現！

Chiharu Koya
STUDIO) **TEXT**_Yuriko Isayama

というワケで、ここに新たな人生を歩み出したお姉さんがココにいます♥

根本弥生
専属モデル（26歳／東京都）
独身・子供なし

Yayoi's profile♥
「egg」や「S Cawaii!」でギャルモデルとして人気を博し、2017年1月号より姉ageha専属モデルに✧。商品プロデューサーやアパレルバイヤーの肩書きも持つ♥

杉山佳那恵
専属モデル（33歳／東京都）
独身・子供なし

Kanae's profile♥
24歳で大阪から上京し、フリーランスのモデルとして活動✧。2013年には東京ガールズコレクションにも出演。現在はカタログや通販モデルなど幅広く活躍中♥

事務所を辞めて2カ月 もっと早く独立すればよかった！

さらばっ✧✧人間関係の鎖

弥生　5月末に事務所を辞めてフリーランスになりました✧。18歳からずっと事務所に入っていたから不安でなかなか踏み出せなかったけど、ギャラのことや今後の働き方を真剣に考えて決意した★　カナちゃんはいつからフリーでやってるんですか？

佳那恵　24歳で東京に来た時からずっとフリーでやってるよ♥　大阪にいた頃は業務委託って形で事務所に所属してたんだけど、事務所の社長に告られて断ったら嫌がらせされたんだよね💧　事務所にまだ私が残ってるのに鍵を閉めて出て行かれたり、書きかけのラジオ原稿の下書きがしてある紙を丸めて捨てられたり、結構辛かったな（笑）。

弥生　めっちゃ大人気ない！

佳那恵　仕事も取って来てくれなくなったから、半年くらいはマネージャーのフリして自分で営業かけて仕事を取ってた😊　それで仕事が取れたら、自分1人で現場に行って「すみません、マネージャーが同行できず1人で来ました」って挨拶してた。しばらくして事務所に見切りをつけて単身で上京したんだ😊

弥生　すごいガッツですね。私もフリーになってややこしい人間関係がなくなって「ちょー楽っ！」って思った♪　でも事務所にいた頃はギャラの交渉をマネージャーさんがやってくれてたから、自分でどうやって値段を設定すればいいのか分からなくて💧　SNS案件の仕事もDMで来るんだけど、相場がイマイチわかんない💧

佳那恵　「どれくらいの予算ですか？」って聞いてみるといいと思うよ。

弥生　でもお金の話って言葉の選び方が難しくて…💧

佳那恵　あまりにも安い金額を言われたら「いつも、これくらいの金額でやらせていただいてるんで今回はすみません。見送らせていただいてもいいですか」とか。OKラインの金額でも、安いところから交渉をスタートされる場合もあるからもう少し欲しいなって思った場合は交渉してみることも必要だと思う！

弥生　なるほど！（メモを取る弥生）

佳那恵　でも個人的にDMはあんまり信用できない気がして…。私は知り合いから来た案件しか受けてないんだよね。

弥生　知り合いだけってすごい！　人脈はどうやって作ったんですか？

佳那恵　最初の頃は飲みに行く時も自分を売り込むための資料を作って持ち歩いてた✧　東京ガールズコレクションに出た時も、スポンサーをやってるアパレルの社長さんが知り合いだったから、「私、絶対やりたいです！」って言って売り込んだんだよ😊



こぼれ話：01
仕事が終わったら即、請求書を出すのが佳那恵流!!　ふせんに振り込み日を書いておいて入金確認後に捨てる★

フリーランスは人脈が全て 飲み会だって仕事場です

弥生　そういう時のコツはありますか？

佳那恵　絶対に媚びないこと。色恋の対象として見られないように振る舞うし、ちゃんとした人だったらこっちの気持ちに誠意を持って応えてくれるものだと思う😊　飲みの場だから最初はそういう目で見られることもあるけど、私はあえて男っぽいキャラで行ってた✧

弥生　ハニートラップ的なことはNGと。

今日ブスだったら明日はない。どこにも属さない"自分を守るのは自分"という生き方♥

かな×ねも フリーランスで働くということ

フリーランスとは、事務所に属さず自分１人で自分のお
から事務所を離れ１人でやっていく道を選んだ弥生と、

PHOTO_Yoshinobu Bito　HAIR_
DESIGN_Asami Imamura（ATOM☆
EDIT_Anna Kuriyama

佳那恵流!

フリーランス3カ条♥

波乱万丈なフリーランス人生の中で培った、生き抜くための心得を伝授するよ♥♪

自分を安売りしない

安い金額でお仕事を受けることは、高く払ってくれてる他のブランドさんに申し訳ない😅 金額以上に仕事をする覚悟を持つことが大事。

自分を客観視する

自分目線でなく、クライアントさんからどう見えているかを常に意識する★ どう動いたらどう思われるか、よく考えて行動するよ✧

これが最後と思って毎回全力を出す

遅刻なんてもってのほか！　休憩時間も「疲れた」「だるい」なんて言うのも絶対禁止。1度失敗したら次はないと思って臨むよ！

佳那恵流!

目標設定術♥

まずは1年後の目標を書いたら、逆算して何をするべきか実際に書き出してみよう✧

現状	
1カ月後	
3カ月後	
半年後	
1年後	



こぼれ話：03
アプリを駆使する弥生に対し、佳那恵は超アナログ派!!　請求書も手書き、スケジュール管理も手帳を活用😊





こぼれ話：02
フリーランスの醍醐味は休みを自分で設定できる事。佳那恵は2カ月に1度、海外旅行に行くと決めている✧

佳那恵　そう、「ご飯行こーね」って言われたとき「えー、行きたいですー♥」ってなると仕事が欲しいだけなのに何やってるんだろって虚しくなるからね。初めから、「仕事下さい！　私ってこんな人なんですー！」ってサバサバ行けば、相手に対する「恋愛対象に入れないでねー」って無言のメッセージにもなる。それでも入って来られそうになったら、「冗談通じませんよってオーラを出したりしてる。でも今ではそのクセがついちゃって、恋愛に支障が出てるかも（笑）。

弥生　私も仕事のことばかりで恋愛モードじゃなくなっちゃってるかも💧

佳那恵　最初のうちは特にそうだよね💧　あとは、自分でブランディングして畑を耕すことも大事！　例えばSNSの畑、タレントの畑、カタログモデルの畑…って感じで色々育てたい土壌があると思うんだよね。こっちの畑も激アツだけど、こっちの畑もいいよなって考えた上で、自分はどんな仕事がしたいのかってイメージするの。イメージが固まったら、それを実現させるにはどうすればいいか逆算して、最終的に今日できることは何か見据えて1日1日を過ごすと、夢が現実に近づいていくと思う😊

毎日死ぬ気で自分を育てる！

弥生　やっぱり細かく計画を立てないとダメなんですね。でも自分の中ではまだ方向性が決まってなくて。"ねもやよ"といえば「egg」ってイメージが強いと思うんだけど、自分的にこれからも今の見た目のまま生きていくかもわからないし…。

佳那恵　だったらクライアントさんに「髪色やメイクもご希望のイメージに変えられます」ってアピールするのも手かも！

弥生　そういう方法もあるんですね！

佳那恵　あと、クライアントさんと仲良くなって、SNSで繋がったりするのも大事。私も最初はめっちゃ人見知りだったけど、これが仕事に繋がるって思ったら今では自然にできるようになった😊

弥生　どんなことを話せばいいですか？

佳那恵　「新作ドレス、めっちゃかわいいですね！」って声かけたり、クライアントさんが方言を喋ってたら、「どこの出身ですか？」って聞いたり😊　ヒントはいっぱい転がってるよ♪

弥生　私も人見知りだけど、きっとチャレンジあるのみですね！

佳那恵　媚びるでもなく、取り入るでもなく、クライアントさんと自然に仲良くなることがいい仕事に繋がるんだと思う。それで仕事をいただいたら、これが最後になるかも知れないと思って全力でやる!!





こぼれ話：04
弥生いわく、フリーランスになった気分を例えると「初めて日本の梅雨を体験した外国人（雨ばかりで不安）」だそう。

対談してみた感想♥


こうやって対談できたのもひとつの縁。仕事を紹介できることもあるし、悩みも共有できる♪　これからも同じ仲間としてよろしくね♥


すでにフリーランスとして活躍してるカナちゃんにいろいろ教えてもらって、漠然とした不安が消えた♪　こちらこそお願いします♥

「メイクしたては調子いいのに時間がたつと老け顔になる💧」
「普通に毎日寝てるのに"疲れてる？"って聞かれて切ない気持ちに…💧」

今すぐ5歳若く見られる ハートチークって!?

＼そんなお姉さんに朗報！／

PHOTO_Fumitaka Kusumi
DESIGN_Ark design
EDIT&TEXT_Marika Koizumi
MODEL_Yuuka Obara

もはやメイクやマッサージ、食事制限だけではどうにもならなくなってきた私たちの見た目問題💧　あれこれ試してるうちに時間がたって歳はとるしお金もかかるので、手っ取り早くお悩みを解消できる方法はないかどうか、美容マニア代表の優花が探ってきました！

お姉さん代表、優花が聞きました♥

お悩み1

なんだか**最近顔が老けてきた**気がします…。**手軽に若く見える施術**はありますか？



専属モデル（28歳／東京都）
独身・子供なし
小原優花

＼教えてくれた先生はこの方！／



品川美容外科本院 院長
照屋 智先生

品川本院の院長を務める照屋院長。痛みがほぼなく、クオリティの高い仕上がりを提供してくれると評判♥　たるみやリフトアップの施術も得意！

老け顔に見える原因は頬の位置が下がったことだった！

先生「年齢を重ねると頬の位置が下がってきて貧相に見えちゃうんですよね。そこにヒアルロン酸を入れてプリッとした感じに仕上げるのが"ハートチーク"です」

優花「確かに、私も頬のトップの位置が下がってきたことで面長に見えるようになりました。若い頃は違ったのに…」

先生「ヒアルロン酸は控えめに入れるくらいですけど、印象は変わりますよ」

優花「メイクは翌日から可能なんですか？」

先生「施術直後からOKですよ。施術自体もあっという間に終わります」

ダウンタイムほぼなし！　お昼休みに施術できるくらい気軽なのも魅力♪

優花「若返りたいからって、頬のコケた部分にヒアルを入れるっていう方もいますけど、それだとただパンパンになっちゃってて…。頬のトップに入れるのがベビーフェイスの秘密だったんですね♥」

先生「ダウンタイムもほぼないですし、施術自体も数分で終わるので気軽にトライできると思います。お昼休みに施術しに来る方もいらっしゃいますよ」

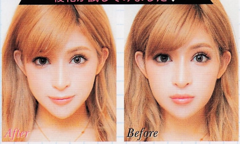






優花「しかも安くないですか？　私もやりたいです！　最近頬に元気がないし…。頬の位置が下がってきてる状態で目の下に旬の日焼けチークを入れたりすると、なんだか違和感がすごくて💧」

というわけで急遽 優花が試してみました♥



大人になるにつれて頬が下がり、面長になってきたという優花。ハートチーク施術後は頬の位置が上がってプリッとした若々しい印象に♥

ハートチークの詳細♥

価格	両頬¥18,000
持続期間	初回3～6ヵ月程度。※個人差があります
処置時間	5～10分 軽いマッサージ程度であれば当日より可能。

お悩み2

どう頑張っても**下腹ぽっこり**が改善できません。なにか**解消する方法**はありますか？

脂肪細胞の数を減らすことで理想の体形を維持しやすくなります

優花「"エバー・スリム"って具体的にはどんな施術なんですか？」

先生「注射で脂肪細胞を分解、溶解して尿や汗とともに排出する仕組みになっています。脂肪吸引だと皮膚がたるむ場合があるんですが、エバー・スリムはその心配がないのもポイントですね」

優花「ダウンタイムはあるんですか？」

先生「軽い筋肉痛みたいな感覚は起こるかもしれませんが翌日から普通に生活できますよ」

優花「今回のお悩みは下腹ですけど、他にオススメの部位ってありますか？」

先生「二の腕、内もも、ひざですかね。そういう皮下脂肪が多くついている部分って体重を減らしてもなかなか落ちにくいんです。ちなみにエバー・スリムは肉割れやセルライトにも効果的ですよ」





実際にエバー・スリムを 体験した方の症例写真♥



お腹にエバー・スリムを施術した方の症例写真★　全部で460ccを、2回に分けて注入しました。術後4週間ですっかりスリム♥

エバー・スリムの詳細♥

価格	1ccあたり¥2,400（下腹で¥72,000ほど）
効果が現れるまでの日数	最短で翌日



フリッシュベールロンパース¥6,000／CARRIEFRANCA

"楽してキレイ" なわけじゃない！　私たちがお金と努力、辛いダウンタイムを乗り越えて学んだ美容メンテのすべてを今、包み隠さず明かします!!

コンプレックスを
解消して美しく！
永遠に輝き続けたい♡

美容メンテ セキララ BOOK♥

もはや整形＝隠すものではなくなった昨今。でももちろんリスクだってあるから、
大切なのはメリットもデメリットも納得したうえで自分が決めること。
お姉さんたちが体当たりで経験してきた、血と汗と涙の結晶をぎゅぎゅっとお届け♥

PHOTO_Yoshinobu Bito **HAIR**_Yuko Nozaki **DESIGN**_Atsuko Furukawa **TEXT**_Chie Nagamine **EDIT**_Anna Kuriyama **MODEL**_Sayo Hayakawa

PART 1

整形してる？ してない？ 気になる隣の美メンテ事情♥

総勢254人！ まずはお姉さん世代の整形実態を調査しました😸

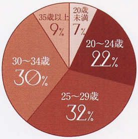
本誌アンケートによる実態調査がコレ♪ 具体的にどんな整形をしたことがあるか、整形しない理由など、知りたかった実情を総まとめ★

この企画内では次のように定義づけしてます♥

プチ整形
ヒアルロン酸注入やボトックス注射、埋没などメスを使わずにできるもの。

ガチ整形
切開、プロテーゼ・バッグ挿入など、メスを使って行うもの。

Q1. あなたの年齢は？



28歳が最もメンテナンスに興味津々★

姉agehaの出演者や読者のみなさまにオンラインでアンケートを実施♪ お肌の曲がり角を越えてコンプレックスが増え始め、お金に余裕が出てくる20代後半の方が興味を持って回答してくださいました！

Q2. 整形経験はある？



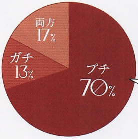
プチ、ガチ問わずだと整形経験者は約半分！

昔より確実にハードルが下がっていて、2人に1人は整形済み✧ 意外と身近に経験者がいるかも😸

リアルクチコミ♥

YESと答えた中には「自分に自信が持てる♥」「コンプレックスを解消できる✧」というプラスイメージの人が多い反面、NOと答えた人には「思い通りになるか疑問💧」「痛そうだし、失敗されたくない💧」という不安の声もあった！

Q3. 経験したのはプチ？ガチ？



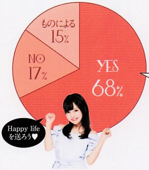
手軽にできるプチはやはり経験者多数！

料金・ダウンタイムともにハードルの低いプチが圧倒的人気★ プチとガチを一緒に受ける人も♥

リアルクチコミ♥

経済的にも時間的にも負担が軽い埋没や注射系のプチ整形は、ガチと合わせた人を入れると全体の約90%！ 埋没、ヒアルロン酸注射、ボトックス注射が人気♪ ガチのみの人は、目の切開を受けている人がほとんどでした♪

Q4. 整形して満足してる？



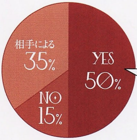
見た目が変わって気持ちが前向きに✧

思い通りになるか分からないから整形にリスクはつきものだけど、約7割の人が満足してる♥

リアルクチコミ♥

埋没は「メイクが楽になった」「イメチェンできた✧」という声が多い反面、「もっと幅広にすればよかった」「糸がすぐに取れた」など不満もあり😸 「埋没はよかったけど、目頭切開はちょっと不自然になった💧」という声も！

Q5. 周りにカミングアウトしてる？



聞かれたら答えるし、親しい人には報告してる！

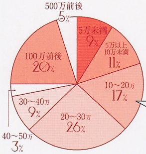
カミングアウト率85%😸 整形＝内緒にしたいという価値観もすでに変わりつつあるみたい😸

リアルクチコミ♥

整形経験者の半数はカミングアウトしてる★ 「あえて自分からは言わないけれど、聞かれたら隠さずに答える」という人が多かったよ♪ 両親やダンナ様、彼、友人など、自分の親しい人にのみ伝えると答えた人も含めると85%に♥



Q6. 総額いくらかかった？



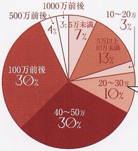
給料1カ月分くらいの20〜30万円がダントツ1位★

次点は注射系のみの5万円未満や、脂肪吸引、豊胸などのボディを含め500万円前後という人も！

リアルクチコミ♥

整形経験者が今まで使った金額がこちら☆ 目元のみ、鼻のみの施術で20〜30万円使っている人が一番多かったよ♪ 100万円前後になると、目鼻の両方を施術していたり、リフトアップや脂肪吸引などの組み合わせが人気♥ 埋没のやり直しなどでお金がかかってしまった、というパターンもあり😸

Q7. 整形にいくらまで出せる？



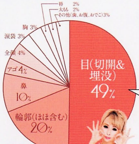
50万円までか、100万円まで✧ 大きく2つに意見が分かれた😸

実際に使ってる金額よりも多い♪ 整形するならもしもに備えてお金に余裕を持ちたい♥

リアルクチコミ♥

「キレイになるためなら仕事をがんばってなんとか50万貯める！」、「100万までならなんとか借金せずに払えそう😸」とお姉さん世代は現実的！ 中には「破産しない程度なら✧」「やりたいことがあればいくらでも😸」という声も♥

Q8. 整形したパーツは？





やるならやっぱり目元から♥ 印象が変わって実感がわく！

2人に1人は目を変えていた♪ 目を大きくしたいという欲望が素直に反映された結果に★

リアルクチコミ♥

1位は埋没&切開の二重形成で、ほぼ半数を占めてる♪ 2位の輪郭は、ボトックス注射や脂肪吸引での小顔はもちろん、アラサーになるとレーザー、糸を使ったリフトアップなどアンチエイジング目的で輪郭を整える人も出てきた♥

Q9. 実際にやった施術ランキング♥

1位 埋没
2位 目頭切開
3位 二重切開
4位 ヒアルロン酸注射
5位 ボトックス注射

美しくなるために二重形成が欠かせない！

トップ3を二重関連施術が独占★　デカ目になりたいという欲望を素直に反映した結果に😊

リアル事情&クチコミ♥

4位のヒアルロン酸は、鼻筋、アゴ、涙袋への注入をすべてカウント♪　かわいらしい印象になれる涙袋は「入れすぎてナメクジになった💧」という嘆きも。ボトックスは主にエラ注入で、シャープな輪郭になりたいコが多数♥

Q10. やってよかった施術は？

1位 埋没
2位 切開
3位 すべて
4位 リフトアップ
5位 鼻プロテーゼ

目周りの施術は人気だけでなく満足度も高い♥

惜しくもランクインを逃したのは、ヒアルロン酸注射、ボトックス注射、脂肪吸引、豊胸など！

リアルクチコミ♥

ヒアルロン酸注射やボトックス注射などの注射系はランクインせず💧　「変化がよくわからなかった💧」という声からわかるように、お手頃だけど仕上がりに不満があるのが見え隠れ😊　高額でも永続的なイメチェンを求めてる✨

Q11. やらなきゃよかった施術は？

1位 なし
2位 埋没
3位 切開
4位 ボトックス
5位 脂肪吸引

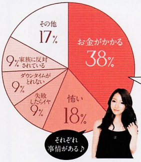
後悔しているのは半分以下★医師選びが課題かも😼

後悔理由の多くはクリニックの対応よりも仕上がり。腕のいい先生に会えるかが分かれ道♪

リアルクチコミ♥

整形経験者のうち約半分は後悔してない✨　「1回目の埋没がすぐ取れた💧」「思ったような二重にならなかった💧」「脂肪吸引が痛すぎた💧」など、やらなきゃよかった施術には先生の技術やセンスも大きく関わっているのが実情😼

Q12. 整形をしない理由は？



やってみたい施術はあるけどそこまでお金を払えない💧

興味はあるし、キレイになりたい気持ちも持ってる。でも立ちはだかる大きな問題はお金だった！

リアルクチコミ♥

一番の理由はなんといってもその費用💧　価格競争があって昔よりも全体的な金額が下がってきているとはいえ、やはり高額ではある！　その他には「メンテナンスが面倒そう💧」「1度やったらハマりそう！」という意見も😼

Q13. 興味のある施術は？

1位 二重手術（埋没・切開）
2位 目頭切開
3位 脂肪吸引
4位 豊胸
5位 リフトアップ

やっぱりぱっちり二重に整形してみたい😊

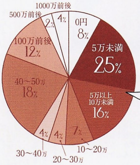
これから初めてやる人も目元が優先✨　埋没になるか切開になるかは、カウンセリング次第★

リアルクチコミ♥

たとえ整形に踏み込めなくても…💧「メイクが楽になりそう！」「すっぴんに自信が持てそう✨」と、くっきり二重への憧れはまだまだ健在です♥　3位の脂肪吸引や4位の豊胸などボディメンテへの興味も大きい✨　溶ける糸やサーマクールなどリフトアップ系の施術にも人気が集まりました♥

Q14. 仮に整形するならいくらまで出せる？





未経験の人はまずは5万円くらいから♥

中には「整形のために800万円貯めました！」という人から「ないから出せません」という人も😊

リアルクチコミ♥

経験者同様40～50万円は出しても惜しくない額♥　実際に「今がんばって貯めてる」というこれから受ける予定の人も♥　でも3位以下を見ると、「家庭が優先」「貯めるには時間が…」と今はそれほど払えない！というのが現実😼

Q15. 整形してなれるなら誰の顔？



1位 小原優花

姉agehaの中でも人気はやっぱり専属モデル♥

なりたい顔のトップは優花♥　姉agehaに出てない女性を含んでも堂々の1位だったよ✨

リアルクチコミ♥

「どんなメイクも髪型も似合う顔♥」「キレイだから✨」「体も含めて憧れる！」と優花は顔だけじゃなく体形も人気♥　莉菜は「大きな目に憧れる！」「昔から大好きだからこの顔になりたい♥」とファンからの熱いラブコールが♥　「男ウケも女ウケもよさそう」「色っぽくて大人の女性って感じ✨」とは沙世のこと😊



2位 桜井莉菜



3位 早川沙世

PART 2

経験者が一番多いのはここ✧ 目元を変えれば、人生が変わる♥

理想の形を作ればメイクの時短に繋がる目の整形♥

くっきり二重を作る埋没や切開、デカ目を作る涙袋注入など、一番人気で興味を持たれている目元の施術をご紹介しちゃいます♪

もっと理想のデカ目になりたい！

♥切開♥
せっかい

施術方法

メスを使う目元の施術には、二重を作る二重切開と目頭や目尻を切って広げる目頭・目尻切開がある★ 切開は戻る心配なし♪

平均価格 約¥300,000
目安ダウンタイム ～約2週間

体験者の声♥

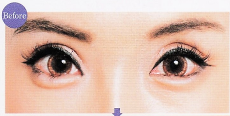
瞳さん

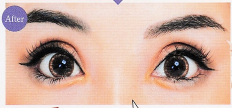
施術したクリニック：高須クリニック、湘南美容外科
かかった金額：約¥400,000
実際のダウンタイム：～約2週間

モデルみたいに目を大きくしたかったのと目と目が離れているのがイヤで、二重切開した後に目頭と目尻の切開をやりました。



二重幅も離れていた目のバランスも、黄金比率の1：1：1に近づいたので、目元には満足♥





目頭切開と目尻切開は、顔全体の印象としてはそれほど変わらなかったも…💧 でもこれが限界でした😂



一条ありささん

施術したクリニック：ヴェリテクリニック
かかった金額：約¥900,000
実際のダウンタイム：～約2週間

6年ぐらい前に取れない二重切開に♪ それまでは埋没をやってた★ 今年目頭と目尻の切開をやったらタレ目っぽくなった！

注入だけで愛らしい表情のデカ目♥

♥涙袋注入♥
なみだぶくろちゅうにゅう

施術方法

涙袋にヒアルロン酸を注入して膨らませ、目元に立体感を持たせる施術♪ 優しく女性らしい印象になって、デカ目効果も期待できる✧

平均価格 約¥70,000
目安ダウンタイム なし

体験者の声♥

水原 乙さん

施術したクリニック：銀座池田クリニック
かかった金額：約¥20,000
実際のダウンタイム：なし

涙袋を大きくしたら、デカ目になって小顔に見えるかなって思った。ぷっくりはしたけど、入れすぎちゃったみたいで不自然に💧 やりすぎは禁物！



もともと涙袋あるのに入れたから、まわりから大きくなりすぎて変だって言われちゃった💧 欲張り過ぎたかも…😂

メスを入れずにくっきり二重に♪

♥埋没♥
まいぼつ

施術方法

まぶたの皮膚側と裏側を糸で縫い留めて、二重を作る方法。メリットはダウンタイムが少ないこと✧ ただし留めた糸が外れることもあり！

平均価格 約¥80,000
目安ダウンタイム ～約3日間

体験者の声♥

mさん

施術したクリニック：岐阜スキンケアクリニック
かかった金額：約¥120,000
実際のダウンタイム：約3日間

整形後は二重幅が広くなって、左右均等になった✧ すごく満足しているけど、いつか取れるかもだから、次は切開にしたいと思ってる♥



埋没4点留めの施術直後♪ 内出血もそれほどひどくなくて、腫れもすぐにひきました✧ やってよかった♥





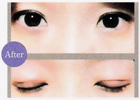


くうさん

施術したクリニック：城本クリニック
かかった金額：約¥140,000
実際のダウンタイム：約3日

術後の腫れはそれほどなく、すぐに出歩ける状態でした♪ ただ麻酔の効きが悪かったのか施術中が一番痛くてしんどかった💧

薄化粧ができて楽ちん♥ 満足はしているけど、強いて言うならもうちょっと幅広くしとけばよかった😂





ひとこさん

施術したクリニック：横浜のクリニックで
かかった金額：約¥80,000
実際のダウンタイム：約4日間

水に潜っても二重が取れない★ もっと早くに受ければよかったと思えるほど、術後は楽に過ごせて、自分の顔が少し好きになれた♥



直後は結構腫れて不安だったけど、落ち着いてからは満足♪ もっとやりたい！という欲が出てきて大変💧





a_chanさん

施術したクリニック：湘南美容外科
かかった金額：約¥30,000
実際のダウンタイム：約3日間

やってから半年ほどはとても満足していたけど、二重幅は欲張らなかったので、今度はもう少し幅を広げたい✧ 2度目を検討中♪

もともとが一重で、当時のメイクが大変すぎて、嫌になり施術を決意！ 今はすごく自然な二重になってます😂

PART 3

鼻や唇を理想に近づけてイメージアップに！　横顔も美しくなるよ✧

正面だけでなく横顔も完璧に近づける鼻と口の整形

顔の中心にある鼻は、顔の印象を決定づける重要パーツ！　目元が理想に近づくほど、次は鼻やリップが気になってくる✧

横に広がった小鼻を小さくする

♥鼻先縮小♥

はなさきしゅくしょう

施術方法

鼻先の軟骨を縫い合わせて、鼻先を小さくする施術♪　丸いだんご鼻や鼻先の大きさを整形し、細くスマートな鼻先にする手術♥

平均価格　約¥400,000

目安ダウンタイム　～約2週間

体験者の声♥

椿 朋海さん

施術したクリニック：
品川美容外科
かかった金額：約¥500,000
実際のダウンタイム：～約3週間

実際はプロテーゼを入れる隆鼻術と一緒に施術♪　しかも10年以上前だから今よりもっと高かった！　小鼻がシュッとしてきれいになる♥



鼻先がとがって小鼻が小さくなる✧　鼻筋が通って見えるからきれいめの顔の印象に♪　横顔もきれいになった！

ブタ鼻やわし鼻、だんご鼻をきれいに！

♥耳介軟骨移植♥

じかいなんこついしょく

施術方法

耳の軟骨の一部を切り取って、鼻先に移植して縫い合わせ、鼻先を出す手術♪　自分の体の一部を使うので見た目も触り心地も自然な仕上がりに♥

平均価格　約¥350,000

目安ダウンタイム　～約7日

教えてくれたクリニック：
高須クリニック 名古屋院
かかる金額：¥350,000
ダウンタイム：～ 7日（個人差あり）

耳の軟骨の一部を鼻先に移植する施術で、鼻の穴の中から挿入するので傷痕は目立ちません✧　移植位置を調整することで仕上がりの形を自由に変えられるのが特徴★





術後1週間は鼻への強い負担は厳禁!!　強い腫れは1週間で落ち着くけど、形が整うのには3～6カ月ほど必要♪

ふっくらとした女らしい唇に♥

♥唇形成♥

くちびるけいせい

施術方法

ヒアルロン酸を注射してふっくらツヤのある唇にする施術✧　血色がよくなり、縦ジワも消えて、口角の上がったプルンとしたリップになる♥

平均価格　約¥54,000

目安ダウンタイム　なし

教えてくれたクリニック：
ラ・ブージュ デンタルクリニック
かかる金額：¥54,000
ダウンタイム：なし

従来は痛くて気軽に受けられなかった唇のヒアルロン酸注射を、無痛麻酔で行います♥　ふっくらしてシワが目立たなくなり、下がっていた口角も上がりますよ♪





効果は2～12カ月と個人差がありますが、施術をすれば直後から即ぷるぷるリップに✧

スッと通った鼻筋を作る

♥隆鼻術♥

りゅうびじゅつ

施術方法

鼻筋や鼻根を高くする施術✧　シリコンプロテーゼを使った半永久的な施術と、ヒアルロン酸注射によるプチ整形の2種類がある！

平均価格　約¥40,000 ～ 400,000

目安ダウンタイム　～約2週間

体験者の声♥



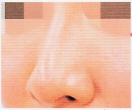


鼻筋がスッと高く！　鼻根部分が高くなった分目が中央に寄ったせいか、全体のバランスがよくなった♥

一条ありささん

施術したクリニック：
ヴェリテクリニック 銀座院
かかった金額：約¥300,000
実際のダウンタイム：～約2週間

ヒアルロン酸が流れてしまったのでI型プロテーゼに！　抜糸まで2週間かかり、半年ぐらいかけて少しずつ馴染んできた♥





メイクも入浴も当日から可能♥　内出血や痛みが出ることもあるので、その場合は引いてからが◎。

教えてくれたクリニック：
品川スキンクリニック 池袋院
かかる金額：¥36,800～56,000
ダウンタイム：～約3日

ヒアルロン酸を鼻の根元または鼻筋に注入して形を整え、高さを出すことができる施術。注入後は少し腫れますが、次第に落ち着きます♪

ツンとした鼻先を手に入れる♥

♥鼻中隔延長♥

びちゅうかくえんちょう

施術方法

鼻先に高さや長さを出しシャープな鼻に♪　鼻先に軟骨を移植して、鼻の長さと角度を伸ばす施術✧　正面から見た時に鼻穴を隠すような形になり、全体がきれい系の印象に！

平均価格　約¥400,000

目安ダウンタイム　～約2週間

体験者の声♥





スーッと鼻先が下に伸びて、唇と鼻の間が短く♡　正面から見ても、鼻穴が見えにくくなったよ✧

一条ありささん

施術したクリニック：
ヴェリテクリニック
かかった金額：¥600,000
実際のダウンタイム：～約2週間

プロテーゼと一緒に施術してたけど、本当に顔の印象が変わる✧　大人っぽいきれい系の顔に♪　ハーフ顔になりたい人におすすめ♥

全体のフォルムとシルエットを整えて美しさに磨きをかける♥

シルエットを整えてあか抜ける 輪郭&ボディ整形♥

お姉さん世代になると、輪郭やボディラインが気になり始めるのも事実💦 シルエットを整える施術をまとめたよ♪

重力に逆らうお手軽エイジングケア

♥ヒアルロン酸注入♥

施術方法

気になるほうれい線や目の下のたるみなどに有効なのがヒアルロン酸注射♪ 重力に逆らって顔のフォルムを整えてくれる施術♥

平均価格 約¥70,000

目安ダウンタイム なし

体験者の声♥

伊吹奈々さん

施術したクリニック：
TAクリニック
かかった金額：¥60,000
実際のダウンタイム：なし

ほうれい線が気になっていたので、ヒアルロン酸注射をやったよ♪ これから深いシワができるのを予防もしてくれるし、お手軽にできるのが◎！



ほほ下がふっくらとして、ほうれい線が目立たなくなった♥ ダウンタイムも必要なくて仕事にすぐ行ける♪

きゅっとフェイスラインを上げる★

♥溶ける糸のリフトアップ♥

施術方法

体内で吸収される特殊な糸を使った人気のリフトアップ術！ 異物が残らないので安心♪ コラーゲンを生成してくれて肌質改善にもなる♥

平均価格 糸1本¥100,000

目安ダウンタイム ～約2週間

体験者の声♥

みやびさん

施術したクリニック：
東京美容外科
かかった金額：¥1,200,000
実際のダウンタイム：～約3日間

左右に6本ずつ入れてもらった♥ 当日は少し突っ張る感じがしたけど、3日目からは違和感なくいい感じに♪ 肌にハリが出てくる！



もたついてた輪郭が引き締まって、わざとらしくない自然な仕上がり♥ 肌がつるんとして化粧ノリがよくなった！

いらない脂肪をなかったことに！

♥脂肪溶解注射♥

しぼうようかいちゅうしゃ

施術方法

落ちにくい顔の脂肪を解かす注射♪ 注射するだけでフェイスラインをシャープにすることができる♥ お手軽さも人気の秘密✨

平均価格 約¥50,000

目安ダウンタイム なし

体験者の声♥

愛咲菜々子さん

施術したクリニック：
わかばクリニック
かかった金額：約¥40,000
実際のダウンタイム：なし

丸顔なわけではないけど、少し太るとフェイラインの近くの頬に丸みが出てくるのが気になって💧 脂肪溶解注射に挑戦してみました！



注射をしてから約1週間ぐらいで、少しずつフェイスラインがシャープに♪ あとは太らないよう節制するのみ😅

手っ取り早くヤセたい人の究極施術！

♥脂肪吸引♥

しぼうきゅういん

施術方法

皮下脂肪の多い部分に脂肪吸引管を挿入して、脂肪を除去する手術。脂肪吸引の器械はさまざまあるけれど、結果はドクターの技術がものをいう！

平均価格 1部位約¥300,000

目安ダウンタイム ～約1カ月

体験者の声♥

椿朋海さん

施術したクリニック：
聖心美容外科
かかった金額：約¥3,000,000
実際のダウンタイム：～約1カ月

全身を一気にやったら約1カ月まともに歩けないほど痛かった！ でも確実にヤセます♥ ただし1度やった部位はもうできなくなるらしい💧



30代に入ってから、突然太り出したので一気にやってしまいました！ もう1回やりたいけどもうできない！

魅せるボディラインをつくる！

♥豊胸♥

ほうきょう

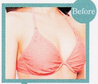
施術方法

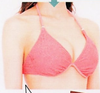
豊胸はシリコンバッグを入れる方法、ヒアルロン酸注射、脂肪注入法などさまざま♪ 今回はヒアルロン酸とシリコンバッグを紹介！

平均予算：
ヒアルロン酸注射 約¥50,000（10CC）
シリコンバッグ 約¥1,000,000
目安ダウンタイム：～約1カ月

体験者の声♥

自然に見えるバストにしたくて、無理のない量に♪ やわらかさは天然のおっぱいに近くてすごく自然！





水原 乙さん

施術したクリニック：
東京美容外科
かかった金額：約¥300,000
実際のダウンタイム：～約1週間

胸下からヒアルロン酸を注入！ 2カップぐらい上がった♥ 最初は寝返り打ったりすると痛かったけど、1週間ぐらいで落ち着いた♪

やわらかくてすごく自然なバストに！ ボディには異物を入れたくなかったからヒアルロン酸にした♪





一条ありささん

施術したクリニック：
ヴェリテクリニック
かかった金額：約¥1,900,000
実際のダウンタイム：～約2週間

ヒアルロン酸注入したよ♪ 右と左で入れた量が違うけど両方で280cc入れました✨ 見た目がぜんぜん違ってテンションアップ♥





骨格的にこれ以上横に大きくできなくて、縦に大きくなるようなオリジナルバッグを作ってもらった♥

椿 朋海さん

施術したクリニック：
聖心美容外科
かかった金額：約¥2,000,000
実際のダウンタイム：～約1カ月

前に入れたバッグを抜いて、新しいオリジナルのバッグを入れてもらったのでこのお値段💦 でも大きくしたかったので満足です♪

PART 5

酸いも甘いも味わった、整形歴10～20年の整形マスターが勢ぞろい！

いいことも悪いことも包み隠さず全部語らう座談会♥

これまで整形を重ねてきた3人の覆面座談会！ 匿名だから話せる失敗談から今後の整形とのつきあい方まで整形道をぶっちゃけトーク✧

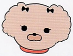
参加者



うさぎさん♥
約20年、整形をやり続けているぱっと見20代のアラフォー女子✧ 最近はアンチエイジングに重点を置いてメンテ中♪



ねこさん♥
高校時代にayuに憧れて整形スタートし約20年弱♪ 顔面はもはや直しようがなく、限界があると悟り今はボディを改造中♥



いぬさん♥
最初は二重と鼻だけと思っていたのに、気づけば20代後半にして約10年間で整形総額1000万円以上！ ただしボディは未修正

1カ所やると他が気になる！ 整形の魔力はハンパないけど、限界はある！

うさぎ 最初にやった施術って覚えてる？

ねこ 最初は目の埋没✧ あれは感動した。こんなにメイクが楽になるんだ！って

いぬ 私も最初は埋没と鼻のシリコン！ しかも高校生だったから「本当にそれだけだから！」って親に頼み込んで

ねこ 私も埋没は高校時代。でも1カ所直すと、全体のバランスが変わって、他が気になり始めるんだよね。1個1個が整ってくると他が目立ってきて、直したくなってくる。パズルみたいに

いぬ 結局、目頭切ったり、二重幅を広げたくなったりして、どんどんパーツが変わっていくんだよね(笑)。

ねこ それがだんだんエスカレートして、頻繁に整形してた時期もあったけど、最近はもう落ち着いた。というより、先生がもうやる必要ないでしょ！って言ってくる

うさぎ&いぬ それ、わかる！

いぬ 持って生まれた素材の限界があるんだよね。いくら目を大きくしようと思っても、元の眼球の大きさは変えられないから、それ以上はできない💧

ねこ もう自分の最終形態がどんな感じなのかだんだん見えてきました

やりつくした後にやってくるのはアンチエイジング✧

うさぎ 私もこれから先は顔を変えるというより、この状態をキープすることを目標にしていて「10年後も同じ顔でいたい♥」と先生に相談して、アンチエイジングに移行してる✧

ねこ アンチエイジング！ 私は溶ける糸を入れたら口が開かないわ、顔がボコボコになるわでかなりヤバかったから、もうしばらく糸はこりごり💧

いぬ それは失敗…💧 私、3回ぐらい入れ直してるけど、そこまでトラブルないよ！

うさぎ やっぱり先生によるのかな？ 私は「まだ糸は早いからとっておきなさい」と言われて、レーザー系のアンチエイジングにしてるけど、ゆくゆくは糸も入れたい。

いぬ 異物を入れればメンテも必要だし、アンチエイジング系も続けないと意味がない✧ どんなにやり尽くしても整形とは一生つきあっていくもんだよね

うさぎ もちろん★ 老けるぐらいなら死んだ方がマシ 周りからは「10年後は無理だろう」って言われるけど、私は絶対、今のこの顔を10年後もキープします✧

ねこ 溶ける糸は早いほうがいいって聞いてやってみたけど…。私はしばらくアンチエイジング系はいいかも💧 やるならシミ取りとかやりたいけど、今はまだ日に焼けたりもするし、もう少ししてからやろうと思ってる♪ 今は注射系をメインにして、少し時間を置いてから本格的なエイジングに備えようかな

納得がいかなければ、とことん相談！ セカンドオピニオンも大事♪

いぬ ちなみに他に失敗した施術ある？

ねこ 失敗したわけじゃないけど、鼻プロテーゼかな。高くなった！とは思ったけど、しっくりこなくて、結局先生と相談して入れ直した

うさぎ 私も鼻プロテーゼは1回失敗してる💧 膿んじゃって、鼻がブニブニになって取り出すしかなくなった。これはたぶんドクターの腕だと思う…。それでどうせならもっとツンとした鼻に、と思って違う病院でLプロテーゼにしてもらった✧ あとちょっぴり後悔してるのは豊胸かな？

いぬ えっ？ どうなったの？

うさぎ 私は豊胸をやりはじめたのが早くて…。まだシリコンバッグが認可されてなくて、生理食塩水しかなかった時代。これが触ると硬いし、寝そべっても横に流れないし、求めてたおっぱいじゃなかった💧

ねこ すぐ取り出した？

うさぎ 病院に行って相談したら、無料で抜くことができるって言われたけど…。触らせるために入れたんじゃない、魅せるために入れたんだって思い直して「これでいいです！」って言って帰ってきた 施術後はマッサージも必要で、それがまた激痛！ 自分じゃできないからマッサージに通って揉んでもらってた✧ 今思うと、豊胸はあんまりやらなくてよかったかも、と思ってる💧

いぬ その後シリコンバッグに入れ替えたの？

うさぎ もちろん♥ シリコンの認可が下りてすぐに✧ しかも30歳を超えてから、もっと大きくしたくなって入れ直しました そしたら最初のシリコンバッグはマッサージが必要だったのに入れ直したものはマッサージ不要♪ 触っても自然だし理想的なおっぱいになったよ♥

いぬ 今の技術の進歩はすごいから

ねこ 整形自体の世間のマイナスイメージもだいぶなくなったし、クリニックも増えてるし、価格競争で安くもなったし！

うさぎ でもその分、失敗しないためには昔よりもクリニックやドクター選びは慎重になったほうがいいかも。

いぬ SNSで調べまくったり、カウンセリングで納得がいかなかったら、納得できるドクターに出会えるまで探したほうがいいよね！

昔の顔はもう思い出せないし整形なしの人生がわからない！

ねこ ときどき整形してなかったら、どんな人生だったんだろう？って考えるけど、まったく想像できないんだよね。

うさぎ それはたしかに ずっと美しくなりたいと思ってやってきて、理想に近づいていくのがすごく楽しいし✧

いぬ その気持ち超わかる!! 最初は怖いと思ってもシミュレーションとか見ちゃうと「こうなれるんだ！」って思って、手術の怖さも忘れちゃうんだよね。それで思い通りにきれいに変われたときのうれしさは格別

ねこ 昔の自分の顔ももう思い出せないし、もはや整形があって今のハッピーな毎日があるって感じになってるから やっぱり自分の中のコンプレックスが解消すると、自分に自信が持てるようになる♥

うさぎ 自分の容姿に苦しんでマイナス思考で生活するより、整形でメンテしてポジティブに生きていくほうが絶対にいい✧

いぬ おしゃれもメイクも楽しくなるし、仕事もライフスタイルも積極的になれるしね★

教えてQ&A♥

聞きたいことまだまだいっぱい！ 不安なコトは経験者やドクターに教えてもらうのが一番♥

やってみないとわからないことだらけの整形。リアルなクチコミは貴重な情報源♥ 体験談やドクターの知識をもとに疑問に答えてもらいました😊

Q1. 今二重を埋没していますが取れることを考えると、ゆくゆくは切開にしたい！ 切開は痛いですか？ 実際のダウンタイムはどれぐらいかかりますか？



二重切開はそれほど痛みもなく、アザになることもなくて、次の日から普通に出歩けたので、ダウンタイムもほとんどなかったです✨ でもその後、他で目頭＆目尻の切開もやったところ、痛みはそれほどなかったけどアザができてしまって結膜下出血になり、1カ月半ダウンタイムが続きました💧 ダウンタイムは医師の腕の差で変わると思います！（瞳／21歳）

Q2. いいクリニックやドクターを見極める方法ってありますか？



クリニックより医師を重視したほうがいいと思います😊 SNSでのクチコミ、医師の評判、医師の資格内容など、技術がしっかりしているかどうかは要チェック✨ そして実際にカウンセリングに行ったときに、症例写真を見るなどしてその医師と美的センスが合うかどうかチェックするのが、1番大事だと思います♪ センスが合わないといくら技術がよくても、満足のいく仕上りにならないかもしれません。（社畜／22歳）



できればそのクリニックで施術した人を直接見たり、触ったりする😊 インターネット、ブログを徹底して見る★ 動画があるクリニックだと動きがあるからわかりやすいです♥（みかさ／33歳）



とことんクチコミを調べること✨ ただしウソの情報もあるだろうから、最終的にはカウンセリングに行って自分で確かめることが大事♥（ありたま／23歳）

Q3. 脂肪吸引に興味があります！ でもよく痛いって聞いて躊躇しています。実際やられた方、本当に痛いですか？



いろいろやった中で、脂肪吸引が正直一番痛かったし、ダウンタイムも辛かった💧 全身やったら、まともに歩けるようになるのに約1カ月ぐらいかかりました！ 青アザだらけになって、シャワーのお湯が当たるのも痛いぐらいです💧 でも確実に細くなります✨（椿 朋海さん／39歳）



脂肪吸引は気軽ではないです💧 太ももとお腹をやりましたが、1カ月ほど動けませんでした💧 仕事を休むにも限界がありますし、ダウンタイム中は結構辛いことを覚悟しなければいけない施術だと思います…。（わかなっち／44歳）

Q4. まぶたの切開や埋没も加齢によってたるんできたりしますか？ その場合は再施術になるのでしょうか？



目は加齢による影響が最も出やすいパーツ。その原因は重力の影響で目の周りの筋肉が落ち、皮膚が伸びてしまうことで化粧品では解決できない“目の上のたるみ”を招いてしまうことにあります。二重手術をしていても、歳をとればまぶたの皮膚が被さってきたり、目の上がくぼんできたり、老人性眼瞼下垂が進行してたるんできます💧 これは誰にでも起こる生理現象で、元々二重の人でも、手術をして二重を作った人でも同じです。ですが二重を作っておくとまぶたの皮膚が被さりにくくなり、まぶたが加齢しにくいというメリットはあります✨ 加齢でたるんできた場合は、再施術ではなく「上まぶたのたるみ取り」で対応します。伸びてしまった余分な皮膚を取り除けば、エイジングケアできますよ😊 （高須クリニック名古屋院 院長 高須幹弥先生）

Q5. 小顔になるためにエラの骨を削るという方法について、かなり効果がある一方リスクも高いと言われていますが、実際どうですか？



エラ削りの手術というのは、通常2～3泊は入院して、気管の中に管を入れて本格的な全身麻酔をかけ、口の中からエラの骨を器械で削るという方法で1カ月くらいは顔が大きく腫れてしまう大掛かりな手術です。
主なリスクには、**①術後の腫れ・痛み、②術後の痺れ・知覚麻痺、③気道閉塞**による窒息があります💧 （高須クリニック名古屋院 院長 高須幹弥先生）

① 術後の腫れ・痛み

腫れや痛みに関しては、アゴ削り、エラ削り、頬骨削りは顔面の骨を大きく削る手術なので、術後の腫れや痛みは強く出てしまいます。おたふく風邪ほどの強い腫れは1～2カ月程度続き、完全に腫れが引くのには6カ月間かかります。また、輪郭の骨を削った後は非常に強い痛みを伴います。術後3カ月程度は食事したりしゃべったりするだけでも強い痛みがあります💧

② 術後の痺れ・知覚麻痺

痺れ、知覚麻酔に関しては、輪郭形成手術をする場合、どうしても削る骨の近くを走る神経を傷つけることがあり、術後に痺れや知覚麻痺を残す可能性があります。アゴ削り術後は100％の人に痺れや麻痺が生じますが、半数程度の人は6カ月程でほぼ回復します😊 残りの半数の人は程度の差はあれ、痺れや麻痺が永久に残ってしまいます。

③ 気道閉塞による窒息

③の窒息に関しては、特にアゴ削り、エラ削りは術後に気道周囲の腫れが強く出るため、気道が閉塞して呼吸ができなくなってしまうことが稀にあります💧 これは、手術当日に起こることがほとんどなので、術後1～2日間は必ず医師が常駐している施設に入院する必要があります。医師が常駐している施設に入院していれば、万が一術後に窒息しても、緊急で医師が気管内挿管などを行い、事故を防ぐことができます✨

Q6. エラ骨を切ったら顔のお肉を支える部分がなくなり、顔全体がゆるんで来ること(もしくは将来そういう可能性)はありますか？



可能性はあります。ですが、たるんでしまった場合リフトアップの施術がいろいろあり、それで対応できますので安心してください✨ （高須クリニック名古屋院 院長 高須幹弥先生）

Q7. 麻酔しても施術中痛いのは普通ですか？ お酒をよく飲むから麻酔が効きづらいということはありますか？



当クリニックの場合は、麻酔をしても施術中痛いということは基本的にありません。ただ、麻酔の注射を打つ際は痛いかもしれません。ですが麻酔の注射を打つ前にも、麻酔クリームを塗ってから麻酔の注射を打つので安心してください✨ 確かに、長期の飲酒で麻酔に対して耐性ができてしまい『効きづらくなる』ということが示唆されているのは事実ですが、それ以上に個人差の影響の方が大きいです。効きが悪い方には、適切な量を追加して対処いたしますので安心してください✨ （高須クリニック名古屋院 院長 高須幹弥先生）

今回の企画に協力してくれたクリニック♥

口元美容なら右に出るものはいない♥

ラ・ブージュ デンタルクリニック

唇形成に歯列矯正、ホワイトニング、セラミックもお任せあれ✨ ボトックスや脂肪溶解注射などの注入系美肌メニューも充実★





理事長 木村美和子 先生

㊟東京都渋谷区渋谷1-8-10 プレミスト渋谷宮益坂301
☎03-5778-4412

合言葉は「YES、高須クリニック！」

高須クリニック 名古屋院

美容整形だけでなく婦人科、全身脱毛、入れ墨除去など、全身のあらゆるお悩みを解決できるコンプレックスに悩む人の強い味方♪





院長・医学博士 高須 幹弥 先生

㊟愛知県名古屋市中村区名駅4-7-1 ミッドランドスクエア8F
0120-558725

全国に22院ある美容皮膚科♥

品川スキンクリニック池袋院

最新の医療機器と豊富な症例数を誇り、エイジングケアはもちろん、プチ整形や肝斑などの美容医療にも力を入れている♥





院長 神林由香 先生

㊟東京都豊島区南池袋1-25-11 第15野萩ビル9F
0120-727-400

お姉さんたちに緊急調査

夏の終わりにありがちな

肌トラブルBEST3

1位 ▸▸ くすみ、シミ

2位 ▸▸ 乾燥や小ジワの増加

3位 ▸▸ 毛穴の開き、ベタつき

紫外線ダメージによるくすみとシミがセットで1位💧　2位&3位は冷房による冷え&乾燥が原因で起きるというケースが増加　灼熱の外気と涼しい室内の気温差も肌トラブルのモトに💧



一番の大敵は

強烈な紫外線ダメージ!

専属モデル（35歳／東京都）独身・子供なし
桜井莉菜

「浴びるほどにダメージが蓄積して肌が老化すると言われているので要注意。「たかが数分」でも油断は禁物!」

ということで

最初に知っておきたい!

日焼けダメージの傾向と対策★

日焼けした肌は火傷と同じ状態。非常に敏感なので、こすったり刺激の強いスキンケアの使用は控えましょう。

教えてくれたのは
東京中央美容外科
中野院院長
井上真梨子先生

Q. 日焼けによる肌ダメージとケア方法を教えてください

A. 症状は火傷と同じ。よく冷やし皮膚科で正しい処置を

皮膚科へはメラニンが定着する3日以内に。ケアを誤ると痕が残る場合もあるので注意。保湿も大切ですが一般の化粧水や乳液は刺激が強いので、症状が落ち着くまでは控えましょう。

日焼けレベル1	痛みや刺激がなく肌の色が黒ずんだ程度。肌に刺激を与えない力加減で徹底した保湿を。
日焼けレベル2	痛みを感じる日焼け。スキンケアはお休みして、ステロイド不使用の軟膏でケアすべき。
日焼けレベル3	皮下組織にまで炎症が起きた重症。上層部の皮膚が壊死し痛みが起きない場合も。

Q. どのくらい紫外線を浴びると日焼けが始まるものですか?

A. 約3～15分浴びるとメラノサイトが活発化!

メラノサイトとはシミやくすみの元であるメラニンを生成する細胞。紫外線が特に強い10～14時は短時間で日焼けしやすくなるので、ちょっと洗濯物を干す程度でもUVケアはぬかりなく。

Q. 夏～秋の紫外線対策とスキンケアの注意点は?

A. 紫外線量は冬の2倍。UVケアと保湿の徹底を!

日焼け止めはマメな塗り直しや&飲むタイプとの併用だと安心。サングラスは薄めの色や赤みがかったレンズが有効です。保湿は炎症が落ち着いてから低刺激のもので行いましょう。

SEDATION CARE

STEP1

正しい処置がトラブルを防ぐ

日焼け直後の鎮静ケア★

ちょっとでもほてりや痛みを感じたら普段のスキンケアはお休み!　適切な応急処置で肌の回復を早めましょう★

① 火照った肌を冷やす

しっかり冷やすことで焼けた肌の炎症を抑え、ダメージの深刻化を予防。摩擦や化粧品などで刺激を与えると悪化するので、保湿や美白はまだガマン!

早紀は
水シャワーを浴びる

体温を下げたほうが炎症の引きが早いって聞いたから、焼けたと思ったら冷水を浴びて熱を逃がすのが習慣。シャワーの場合は肌に刺激を与えないためにも水圧は弱めがベスト。

専属モデル（33歳／東京都）既婚・子供なし
加賀美早紀



RIRIは
水風呂でクールダウン

海外の焼け方はハンパないから、これが一番手っ取り早い!　これはこれでキツイけど、ダメージを長引かせたくないからガマン★　普段は冷やしタオルを活用することが多いよ。



ダンサー（29歳／東京都）
独身・子供なし
RIRIさん

梓&なりは
氷水で冷やす

「氷水を入れた氷のうなどで冷却。やるかやらないかで全然違う!」（梓）、「氷水を含ませたタオルで患部を包んで熱冷まし。肌をこすらないように水は多めに含ませる★」（なり）



主婦&投資家
（28歳／埼玉県）
既婚・子供なし
菜採 梓さん

ダイエット講師
（30歳／千葉県）
独身・子供なし
矢沢なりさん

奈々&杏奈は
冷えピタを貼る

私は顔にハの字貼り!

長時間患部を冷やせて便利なので、あちこちに貼ってます♪　顔の場合は両ほほを包むようにハの字貼り。上からマスクをすればよりズレにくくなるし、仕事中でもバレません✧

名古屋まつげ専門店グランデアイズ代表（36歳／愛知県）独身・子供なし
伊吹奈々さん



元CA&英会話講師（28歳／東京都）独身・子供なし
杏奈さん

私は腕にL字貼り!

ハワイへサーフィンしに行く時の必需品。冷却時間が長いおかげで寝ている間も肌がヒリヒリしないし、乾燥も防げる。肩や腕にも貼りやすいから箱買いして大量に消費してる♥

② 肌表面の乾燥を防ぐ

熱で水分が奪われるため、放置したままだと肌がカサカサ&シワシワに💧　低刺激のジェルやクリームなどで炎症を和らげながら肌を守りましょう✧

CHIHA、RIRI、ユウキ、なりは
王道のアロエジェルで肌を鎮静しながら保湿



バー店員
（29歳／東京都）
独身・子供なし
矢野ユウキさん

ダイエットアドバイザー
（30歳／東京都）
独身・子供なし
CHIHAさん

「昔働いてたエステで「アロエは肌なじみがよく、鎮静力が高い」って学んだ知識を活用　薬用ベラリスのジェルはアロエ濃度99%。値段も安いしのびがいいから惜しみなく使える。」

「ガンガン焼いてた頃にギャルの友達から「アロエを塗ると焼きムラができない」って教えてもらって以来ずっと愛用♥　この夏は韓流コスメのホリカホリカのやつを使ってるよ✧」

旅行のお供に欠かせない!

焼けた肌がしっとり潤う✧

「サンベアーズのアロエジェルは薬局で購入。どこでも手軽に買えるし、火傷対策にいいから日焼け後の肌にもってこい✧　肌に乗せた瞬間のひんやり感も心地よくてホッとする♪」

「クールダウンにはホリカホリカのアロエジェル✧　アロエ濃度が高いからスルッとのびて肌になじむし、鎮静&保湿されてる感じもばっちり。ベタつかないから使い心地も快適♥」

早紀は
ヨーグルトを塗る



皮がむけるとシミになるから、顔も身体も乾燥しないようにヨーグルトでパック✧　クーリング後に無糖のものを薄くのばすだけだからやり方も超簡単!　赤みや痛みも引くよ♪

あいは
クラランスの保湿クリーム



ボーム アプレ ソレイユ インテンスは顔&ボディ兼用の日焼け後用保湿クリーム。夏だけの限定品だけど、焼けた後の肌がしっとり潤ってすべすべになるから毎年リピしてる♥

美容室経営&アクセサリーデザイナー（29歳／東京都）既婚・子供なし
大城あいさん

ルが噴出しがちな夏の終わり💧　正しいお手入れで肌のBBA化を阻止しましょ♡

ケア★ ～アラサーからの劣化予防バイブル～

楽しかった思い出は大事にとっておきたいけど、肌に残った"やらかし"という名の夏の名残りとは極力早く縁を切りたい!　ってことで日焼けや乾燥など、老化に直結するダメージを回復させる正しいケアの仕方と小技をたっぷりお届けします♥

Skincare

STEP2

低刺激のものをたっぷりと

入念な保湿ケアで肌をいたわる★

炎症が落ち着いたら水分補給でダメージ回復。
まだ肌が弱っているので
刺激が強い成分は避けたほうがブナン！

MOISTURIZING CARE

杏奈は
低刺激の化粧水を、ミスト状にして噴射



化粧水を超微粒子のミストにできる「スパトリートメント」を活用。気になる部分にしたたるくらい噴射して、肌の奥までうるおいを浸透させてる。手で塗るより肌への刺激が少ないとこもいい♥

ほかにも低刺激の顔用化粧水で全身保湿。Aのたまご化粧水は乾燥小ジワ対策に。Bのピンククロス ビューティーウォーターはケイ素入りで肌荒れも早く治る。Cの極潤は保湿力◎。

あいは
敏感肌にも使えるアルージュの化粧水とアクシージアのパック



アルージュのミストはメイクも崩れないしめっちゃ浸透するから、日焼けダメージがなかったことになる気がしてる。肌が落ちついたらアクシージアのパックで美容成分を注入♥

RIRIは
肌の負担が少ないオーガニックの化粧水で保湿



ウィッチヘーゼルのアロエベラフォーミュラはドンキで格安なのにオーガニックだから肌に負担がかからない♥　ベタつかないし香りもさわやかだから友達ウケもいい感じ♪

体の中からの水分補給も忘れずに！

疲れを感じる前の水分補給が大事！



昔熱中症になって懲りたから、日焼け後のお手入れと水分補給は必ずセットで✧ (RIRI)

失われたミネラルも同時に補給✧



日焼け後は汗などでミネラルも失われた状態。ポカリで失われた分を取り戻すよ（杏奈）

奈々は
弱酸性のスプレー化粧水でケア



全身うるおい保湿液Ⅱは赤ちゃん〜お年寄り、アトピーなどの方も使える弱酸性の化粧水。普通の化粧水じゃしみる時でも安心して使えるから、夏場は冷蔵庫に常備しています😊

TOMATOは
プチプラのハトムギ化粧水とボディ用乳液でうるおい補給

ナチュリエのハトムギ化粧水は敏感肌にも使えるからスプレーに入れて常備。化粧水を吹きかけたら、ロクシタンのボディクリームでフタ。1秒でも乾かないように努力しています★



中国発ワールドトラベラー
(26歳／東京都)
独身・子供なし
TOMATOさん

乙は
水素水の入浴剤で頭のてっぺんからつま先までツルツルに



昔は刺激の強いアイテムで失敗したけど今は水素水頼み。H2ミラクルバスは美容鍼で通ってる整体で1コ650円。頭まで浸かると頭皮ダメージも癒せるし髪もツルツルになる✧

エステティシャン
(28歳／埼玉県) 独身・子供なし
水原 乙さん

ユウキは
肌触りのやさしいシートマスクで乾燥予防



まとめ買いした韓国パックを中心に活用♪　肌が鎮静したばかりの時はアロエで、回復してきたらビタミン入りにシフト。完全に落ちついたら美容成分たっぷりのクレドポーでシミ予防♥

杏奈は
ハワイの日焼け用ジェルを使い分け

基本は現地で爆買いしたAのハワイアントロピックのアフターサンクーリングジェルか、Bのアロエベラクーリングジェルをばしゃばしゃ塗りまくる。肌が落ち着いて来たらCのmaui VERAに切り替え。南国っぽい香りもいいからデート用にも使える。インテリア映えも◎♥



奈々は
皮膚科の薬でお手入れ



ここぞって時にはビーソフテンローション。低刺激だから日焼け後の肌にも安心して使えるし、肌の奥までじんわり潤う！　うっかり焼きすぎた後でもこれを塗ると皮がむけない気がします♥

なりは
火傷にも使える紫雲膏（しうんこう）を塗りたくる

医薬品を扱う会社が出してる漢方製剤。ニオイはマジで臭いんだけど日焼け肌の乾燥を防ぎつつ、回復を早めてくれるからめっちゃ重宝してる★　色ムラや皮むけ予防にも効果的。



紫外線ダメージ、エアコンで乾燥、かぶれやあせも、虫刺され…いろんな肌トラブル

夏の終わりのスキン

The end of the S

PHOTO_Yoshinobu Bito,Fumitaka Kusumi[SHINAGAWA SKIN CLINIC] **HAIR**_Chiharu Koya **EDIT&TEXT**_Hironeko-A

STEP 3

古い角質やメラニンを浄化

美白ケアで肌の透明感を再生★

肌に蓄積したメラニンがシミとして現れるまでの
執行猶予期間がチャンス！ 外と中からの
ケアで透明感を死守すべし★

メリ、さち、ユウキはビタミンC入り化粧水でシミの元にアプローチ



ユウキは
エステ勤務時代から愛用のVC配合化粧水

「日焼け肌にはビタミンがいい」と聞いたので夏はドクターシーラボのVC100エッセンスローションで保湿。くすみ予防にいい感じ。

さちは
持続性のビタミンパウダーと台湾のドクターズコスメ

ビタブリッドCフェイスのパウダーは12時間継続してビタミンがお肌に入れられる。台湾コスメ・ドクターウーのエッセンスと組み合わせて使ってます♥



栄養士&ネイルアーティスト（31歳／群馬県）バツイチ独身・息子1人
流川さちさん

メリは
高濃度ビタミンC化粧水で集中ケア

タカミのイオレーゼAPSソリューションはビタミンCの粉末を混ぜて1カ月で使い切るタイプ。透明感の再生が早い気がする♪



メスカブロガー（38歳／東京都）既婚・娘1人
神崎メリさん

リリカ&杏奈はオイルで美白

リリカは
美整オイルで保湿とUVケアを同時に

ROJENは保湿だけでなく日焼け止めの代わりになるので塗ると焼けにくくなる✧ 美白作用もあるので、全身に使っています♥

会社オーナー兼投資家（31歳／東京都）既婚・娘1人
壽リリカさん



杏奈はリメリーの
薬用ホワイトニングオイルで黒肌に透明感を上乗せ

敏感肌にも使える日本製オイル。顔も焼いちゃうから白くはならないけど、乾燥ダメージが軽減されて透明感がぐんと上がるよ！



TOMATOは朝までうるおうお米のシートマスク

LAC-laboライスマスクはお米の発酵液100%で無添加だから日焼け後の肌でも安心♥ しっかり潤って肌のトーンも明るくなります✧



奈々子、なりは炭酸パックで疲れた肌を活性化

「ドクターズセレクトのCO2ジェルパックを使うと肌の回復が早い✧」（なり）、「お顔がすごく冷えて心地よいし、美白効果もあるので透明感もぐんと上がります♥」（奈々子）

お稽古サロン経営&講師（32歳／愛知県）独身・子供なし
奈々子さん



インナービューティーもぬかりなく！



ビタミンA・C・Eとたんぱく質を積極的に！

抗酸化作用のあるビタミンA・C・Eはシミ対策に効果的。今の時期ならパプリカ、トマト、ほうれん草、キウイ、ニンジン、ブロッコリーなど。コラーゲンの素であるたんぱく質を一緒に摂ると、美肌作りやアンチエイジングに役立ちます♥（さち）

私はオレンジやグレープフルーツなどの柑橘系。ミネラルも摂れるから熱中症対策にも便利😊（メリ）

私はビタミンCが豊富と言われてるゴールドキウイ♥ 娘と半分こしてよく食べてます✧（リリカ）

私たちはサプリで補給

早紀は
ハイチオールC

シミ予防のためにここ数年飲み続けてる✧ 今のところ薄く小さいシミ以外は出てくる気配がないから、効果が出てる気がする😊



梓&TOMATOは
ビタミン剤を効率よく組み合わせ

「Cは肌の回復、Bは肌のターンオーバーを促進。マルチビタミンはバランスがいいから飲んでる」（梓）、「ディアナチュラルのビタミンCは他社製品よりビタミン濃度が濃くて好き♥」（TOMATO）





あいは
ヴィーナスレシピとピュアホワイト

ヴィーナスレシピのホワイトアミノズドリンクはビタミンやプラセンタなどの美肌成分たっぷりで飲むと翌日の肌が違う。ピュアホワイトは日焼け後のお守り感覚で飲んでます✧



奈々&なりはプラセンタで透明感アップ



奈々は
プラセンタ注射と美容液

週2回の注射のおかげでシミ知らず♥ マヒナという生プラセンタの美容液で肌の再生を促すとつるすべの美肌に近づけます✧

なりは
プラセンタドリンク

15ミリ飲むだけでプラセンタ注射4.5本分の効果があるって聞いて激ハマり♪ 寝る前に飲み続けてたら全身の透明感が上がった！

さち、奈々子、あいは"洗う"ケアで古い角質をオフ！

あいは
アクシージアの洗顔料

美白に特化したブランドだから、洗うたびに透明感が増す♪ メイク落とし成分入りだから日焼け止めの洗い残しも防げる✧





さちは
牛乳石鹸の赤箱

美白なコのブログで「焼けた肌が白くなった！」という情報を知って試してみたら、例年の半袖焼けがに気にならなくなりました✧

奈々子は
低刺激の洗顔用せっけん

ドクターセレクトのピールオフソープは古い角質をオフする成分やハイドロキノン配合。くすみが取れるので身体にも使ってます★

検証 黒肌さんと白肌さんの日焼け後ケアをくらべてみました

紫外線に対する意識こそ違うものの、お手入れの方法には大差なし！ 2人のケアを徹底比較♥

黒肌代表・海でこんがり焼けちゃう 杏奈さんの場合

1. ジェルや冷えピタで焼けた肌を鎮静させる



趣味のサーフィンに熱中しすぎて、真っ赤になることもしばしば💧 ジェルや冷えピタを惜しみなく使って、炎症による熱とヒリヒリ感をやわらげる！

2. 肌がヒリヒリしてもワセリンだけは塗る！



痛みが落ち着いたらアーユルヴェストの身体を洗えるオイルで全身を保湿。ヒリヒリが収まらない時でも皮むけを予防したいからベビーワセリンは塗る💧

3. 美白&アンチエイジング系の美容液でしっかりケア



炎症が引いたらイプサのレギュラー4→ターゲットエフェクトGでお手入れ。目元のシワが気になるときはタイムリセットアイエッセンスも使ってる★

4. 飲む日焼け止めでシミを防ぎながら海へ



肌を焼く私でも飲む日焼け止めはマスト！ トータルクリアのやつは美容成分が豊富で、飲むだけで美肌に近づけるから思い出した時に飲んでます♥

白肌代表・うっかり焼けが気になる TOMATOさんの場合

1. 焼けたと思ったら日陰に移動し水などで毛穴を鎮静



肌がほてりだす前のケアが肝心！ ウェットシートなどで気になる部分の汚れをオフして、常備しているハトムギ化粧水とジェルタイプの日焼け止めで保湿✧

2. オイル系のクレンジングで肌をリセットしてから保湿



日焼け止めと肌のメラニンをやさしくオフ。THREEクレンジングオイルは天然由来でさっぱりしてるので、日焼け後の肌に負担をかけません😊✧

3. 肌が落ち着いたら美白&アンチエイジングケア



ハトムギ化粧水で保湿した上から肌細胞の再生力を高めるヘレナのスキンミュニティパワーセルでお手入れ♥ 塗ると肌のもっちり感と回復を実感します。

4. フル装備でUVケアを徹底！



私の場合は物理的な日焼け予防が美白よりも大事！ 海に入っても焼けないアネッサの日焼け止めとマスク、日傘、厚手の長袖ジャケットで身を守ります★

PROTECT CARE

STEP4

キレイな肌の再生にもつながる

新しいダメージから肌を守るケア★

ダメージの上書きを防ぐことはキレイな肌を取り戻すためにも美肌を維持する為にも大事なこと。頑張ろう！

① 徹底した紫外線対策でダメージの上書きを防ぐ

日焼け止めは塗り直しに便利なタイプが人気！

Aオージュア DLシャワーV（乙）、Bサンメディク UV薬用サンスプレー（奈々）、Cコーセーサンカット日焼け止め透明スプレー（メリ）、Dジルスチュアートリラックスフレグランス UVカットスプレー（あい）、E IPSエッセンス UV（奈々）、Fビオレのさっぱり UVシート（あい）



焼く人も焼かない人も飲む日焼け止めがマスト！

A普段は定番のヘリオケア♥（乙）、Bドクターセレクトのサンシェイドは1日外にいても焼けない!!（なり）、Cバリでは1錠で24時間紫外線を防げるクリスタルトマト（乙）、Dサンソリットのユーブロック。沖縄でも焼けずに済んだ（梓）



これから旅行に行く人へ！ 南国の太陽は直に浴びちゃダメ!!

地元の人は焼かないし昼間は外に出ない。海にいるのは観光客で焼けすぎて救急車で運ばれる人もザラ！ どうしても外で過ごすならラッシュガードや日焼け止めで身を守って！



サングラスの選び方で日焼けリスクを軽減！

「値段関係ナシにUVカット成分が入ってるものを選ぶのがコツ」（杏奈）、「色が濃いと紫外線を吸収しやすく、目からも日焼けしやすくなる。日焼け予防には色が薄いものがベターです」（奈々子）



お出かけスタイルは不審者上等！

人目よりも肌を守ることが何より大事★ 日中のお出かけ時は最小限でもサングラス、帽子、日よけの上着がマスト。念を入れるお姉さんは日傘とマスクもプラスして紫外線を徹底的にシャットアウト！



梓はちょい高めのクリームで肌のキメまで再生



冷房で異様に肌が乾燥するから奮発してシャネル ボディエクセレンス ファーミングクリームを購入。ひと塗りで肌が復活したし香りもいいし、やはり高いものは違うなと実感★

奈々子は保湿力重視のジェルで水分補給



普段は香り重視で選んでますがここぞって時はエステで買ったエンドジーナス ジェルセラムで保湿。速攻で肌がやわらかくなります。

ユウキはカーディガンを羽織って冷えと乾燥から身を守る



肌の露出を減らすのが一番手っ取り早いし、冷えも防げて一石二鳥★　事前に化粧水などで保湿しとくと潤いも長続き✧ 顔はジェルクリームなどを軽く塗るようにしてるよ♥

CHIHAは保湿成分入りのミスト化粧水で保湿



スム ウォーターフルタイムレスジェルミストは美容成分をたっぷり配合。水分だけの化粧水よりも潤うし乾きにくい！　スプレータイプだから楽だしベタつかないとこも優秀♥

② エアコンの寒暖差による乾燥ダメージを防ぐ

あいはオイルインの日焼け止めとマスクで肌をガード

ビオレプライムボディの保湿UVミルクはSPF自体はあんまりけど、オイル配合だから肌が乾きにくい♪ その上からマスクを装備すれば顔回りの乾燥や化粧崩れもガードできる♥



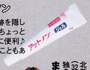
番外編　大事ではないけど地味にツラい!!!　うっかり夏トラブル　こんな時どーするQ&A

気になるのは自分だけ…かもしれないけど、地味にヘコむし悩むやつ💧　お姉さんたちやクリニックの先生に対処法を聞いてみました。

Q. 虫刺されの痕が残りそうな時はどうする？

RIRI&なりはアットノン

「肌色のやつを選べば傷跡を隠しながら治せる」（RIRI）、「ちょっと残った傷を治したいときに便利♪ 紫雲膏（p75）と併用することもあるよ★」（なり）





まなかさん
北新地バー・ココムーンオーナー（32歳／大阪府）独身・子供なし

まなかはターンオーバーを促すために保湿

まずはかきむしらないように患部をよく冷やす。保湿は完全に傷が治ってからたっぷりと😊　水分量が多いほうが傷痕の治りも早い気がする♪

あいはアクルで肌の再生を促す

アクルのノーマライジングクリームはアトピーだった人の皮膚を回復させられるくらい再生能力が強いので、かぶれや虫さされ、あせも痕の黒ずみにもオススメ！



虫刺され痕★クリニックでケアするなら？

レーザートーニングがオススメ

弱い出力に設定したレーザーをシミの部分に何度も照射することで、肌内部にあるメラニンを少しずつ排出。ケミカルピーリングで肌表面の角質を溶かし、ターンオーバーを促すのも有効です。

DOCTOR

Q. 日焼け後の皮がむけてダルメシアン状態になったら？

あいはしっとり系の入浴剤で保湿しながら美白



贅沢泡とろやお湯ごと美容液は保湿成分たっぷりで、めっちゃ身体がうるおうから皮むけ対策に◎。カサつきも消えて肌がつるつるになる✧

杏奈はベビーヴァセリンで皮むけを予防

ベトベトするけど最強。ニベアだとむけるようなデリケートな皮膚も守るから、背中や体がダルメシアンにならない。コスパも◎♪



乙はオイルマッサージで皮をやさしくオフ

マッサージのお客さんで希望される方も多いですよ♪　オイルでやさしくこするので肌も傷めないし保湿もできるので痕も残りません。



皮むけ★正しい対処法は？

紫外線を避け水分をとりましょう

まず皮むけ箇所を隠し乾燥や紫外線から守ること。洗う時は泡でやさしく丁寧に。保湿は刺激の強い美白成分が含まれていないもので。水をたくさん飲むなど体の中からの水分補給もオススメです。

DOCTOR

Q. ムラ焼けで顔と首の色が合わなくなったら？

CHIHAはシェーディングで境界線をなじませる



首に自然な影をつけて、色の境目をごまかす作戦♪　私はメイベリン フェイスステュディオVフェイスデュオパウダー02を愛用してるよ✧

奈々子は肌が白くなるクリームとボディパウダーでトーンアップ



韓流コスメ・パーシーのトーンアップクリームを首に塗りジルのボディーパウダーをはたくと自然な白肌に。肩や腕も同様にカバー♥

RIRIは肌色スプレーでごまかす

グラマラスイットガールの脚用ファンデーションスプレーがめっちゃ便利✧　重ね塗りで色の濃さを調整できるし、乾くとサラサラになるから服にもつかない😊



ムラ焼け★自力でごまかすなら？

あえて日サロで焼いちゃう★

ハワイでのサーフィン中にまだら焼けして、ダルメシアン状態になることもしょっちゅう💧　どうしようもなく目立つときは、日サロで焼いて色ムラ自体を目立たなくする♥

ANNA

Q. 美白を頑張ってもシミが出てきたら？

なりはケシミンシリーズでシミをなかったことに



ずっとクリームを愛用してたけど、美容液のほうが効くってレビューに書いてあったから追加♪　併用してたらシミが薄くなった♥

絵里奈は美白美容液でシミを集中攻撃



ナチュラルサイエンスの美白美容液、ホワイトペンタゴンでお手入れ✧　肌のくすみが薄くなるし、新しいシミもできにくくなるからめっちゃ便利！

杏奈は家庭用光脱毛器でシミにアタック！



ローワンの脱毛器はフォトフェイシャル的な使い方もできる。シミや肌のトーンも明るくなるし、音楽も聞けるから気分が上がる♪

★クリニックでケアするなら？

高濃度ビタミン点滴を受けに行く

週に1回打てるらしいけど、打ちすぎもよくない気がするから私は月に2回のペースで通ってる✧　あまりにも気になるシミができた時は、レーザートーニングで透明感を取り戻す😊

RIRI

術で夏トラブルをなかったことに★

ダメージの回復を手助けしてくれる駆け込み寺的スポットを紹介★　肌の根本から改善すれば前より美肌になれるかも!?

こんな肌の人にオススメ！

- ☑ 白さと透明感が欲しい
- ☑ 肌のザラつきが気になる
- ☑ 肌質を改善したい
- ☑ シワやたるみをなんとかしたい

＼優花が行ったのはココ！／

品川美容外科 品川本院

住 東京都港区港南2-6-3 シントミビル5F
[アクセス]
JR品川駅「港南口」徒歩約1分、
京急品川駅「高輪口」徒歩約5分
営 10:00～20:00
※土・日・祝日も診療
★完全予約制
電話予約は☎0120-735-900
WEB予約は
https://www.shinagawa.com/





1 **メイクをオフして薬液を塗っていきます**

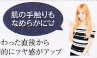
メイクをオフしたら薬液をお顔に手で塗っていきます。よくあるピーリングみたいな若干のピリッとする感じはあるけど、痛みは全然ありません♡



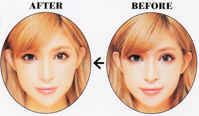


2 **お顔全体になじませたら洗い流して終了**

おでこ、ほほ、あごの順に薬液を塗り終えたら、洗顔＆保湿して終了。すごく簡単なのに洗い流した直後からお肌の手触りがなめらかになっていて感動。



終わった直後から劇的にツヤ感がアップ



おでことアゴのザラつきが消えてお肌がつるつる♪　速攻で顔色が1トーン明るくなったのにも驚き★　治療後すぐにメイクしたらファンデがいつも以上にスッとのびました。



＼海外で用心してたのにうっかり焼けた！／

優花はコラーゲンピールで肌の透明感を再生！

コラーゲンピールとは

通常のピーリングと違い剥離＆赤みが少ないのが特徴。角質ケアと同時に成長因子を導入するのでコラーゲンが増えてハリがアップ。小ジワや毛穴、ニキビにも効果的です。



品川美容外科 品川本院 院長 照屋 智先生

[料金] 10,000円（初回限定。顔全体1回）
[治療時間] 約15～20分
[ダウンタイム] ほぼなし。赤みや剥離も起きにくく、施術直後からのメイクも可能。



この夏の反省点



トレーニングに熱中するうちにうっかり焼け💧

海外だと外での筋トレが気持ちいいんですよね。でもうっかりやりすぎて、気づいたら焼けちゃってた💧　小麦肌もいいけど透明感を取り戻したい💧



美肌の駆け込み寺品川美容外科さんにやってきました

スキンクリニックも展開＆大手ならではの症例数の多さで安心して肌を任せられる。日焼けケア以外にも、毛穴やアゴのザラつき、寝不足によるハリやキメの乱れなど、相談したいことだらけ！



術後の生活も考慮してくれるから安心

担当は治療に妥協しないと人気の照屋先生。「最近は手軽でダウンタイムの少ない治療が主流。オススメはコラーゲンピール。真皮層までケアできるので次に生成される肌もキレイになります」

こんな肌の人にオススメ！

- ☑ 厚塗りしても毛穴が隠れない
- ☑ 毛穴の詰まりやザラつきが気になる
- ☑ 小ジワでファンデがヒビ割れる
- ☑ 毛穴がタテに伸びた気がする

＼なりが行ったのはココ！／

東京形成美容外科

住 千葉県船橋市本町6-6-1 北翔ビル3F
[アクセス]
1.JR船橋駅 北口 徒歩3分
（東京駅からはJR総武線快速で24分）
2.京成電鉄　京成船橋駅　徒歩5分
（京成上野駅から31分）
営 10:00～19:00　休 不定休
★完全予約制（当日予約も可）
電話予約は☎0800-080-2784
Web予約はhttps://tokyo-biyou.com/

★徹底したアフターケアに定評あり
メールでの相談は24時間受付。院長直通のLINEで相談することもできます。
カード払い可／医療ローンあり／個室待合室完備／駐車場サービスあり



1 **メイクを落としたら麻酔クリームを塗る**

まずはメイクをオフ。針を使う治療だから、毛穴の目立つほほや鼻を中心に麻酔クリームを塗ってもらうよ。通常は30分ほど。しっかり浸透させるから痛みに弱い人でも安心なんだって★



2 **成長因子のジェルを塗る**

麻酔クリームをふき取ったらお肌を消毒。治療の前に肌の回復やコラーゲンの生成を促すジェルを塗っていくよ。このジェルだけでも美肌になれそうな気がして気分が上がる♪



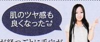
3 **毛穴の気になる部分に細かい穴を開けていく**

ペンの先端には髪の毛ほどの太さの針がびっしり。これを毛穴の気になる部分にまんべんなく当てていく。「痛いかな？」と思ったけど全然平気。逆にちょっと気持ちよかった(笑)。



4 **仕上げに成長因子のジェルを塗る**

機械で開けた穴に美容成分をたっぷり導入♪　肌の回復も早まるから、開いた穴もすぐにふさがるみたい。5分ほどジェルを浸透させたら治療終了。明日からの肌の変化が楽しみ♪



日が経つごとに毛穴が小さくなって感動！



少し赤みが出たけど翌日には治まって肌がふわふわに♪　夏って毎年冷房で肌が固くなるのに、治療から1週間たった今も肌が絶好調！　雫型だった毛穴も目立たなくなった。



＼サバゲー中にBB弾よりも日光に打たれた／

なりはダーマペンで毛穴と小ジワを改善！

ダーマペンとは

極細の針がついた機械で肌に細かい穴を開け、成長因子を導入。コラーゲンの生成を促し、美肌に生まれ変わらせる治療法。ニキビ痕や毛穴対策、ハリ感を高めたい方にオススメです。



東京形成美容外科 院長 弓削田 浩主先生

[料金] 全顔：52,000円、額・ほほ上部・ほほ下部・フェイスライン：各31,200円、眉間・こめかみ・鼻・鼻下・アゴ：各25,000円
[治療時間] 約20分程度
[ダウンタイム] 洗顔、シャワーは当日から。メイクは翌日より可能です。



待合室が個室だから安心して通いやすい

待合室、診察室、処置室すべてが個室になってるから、プライバシーも安心♪　人目を気にせずに済むし、何よりのんびりくつろげる♡　デリケートな悩みも相談しやすいね★

この夏の反省点



サバゲー焼け＆日焼け止め塗りすぎで肌が乾燥

大好きなサバゲーに熱中しすぎてうっかり焼け💧　日焼け＋冷房による肌の乾燥と日焼け止めの刺激の相乗効果で、毛穴がたるんで残念なことに💧



地元でも親切・丁寧・腕がいいと評判のクリニック

場所は私の地元でもある船橋の駅前。友達の間でも「小さな悩みもわかってくれる」、「診察や治療が丁寧」、「ムリな治療は勧めない」って話題のクリニックだからめっちゃ楽しみ♪



気さくな先生だから何でも相談できる★

院長の弓削田先生は症例件数11万超、美容医療歴12年の大ベテラン。スキンケアから手術まで幅広い知識を活かして悩みにしっかり向き合ってくれるからめっちゃ信頼できる。

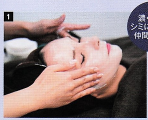
\ 娘とはしゃいで日焼け止めのお直しを忘れた /

MERIは ピコトーニングで シミとくすみを一掃★



こんな肌の人にオススメ！

- 日焼け止めをマメに塗り直せなかった
- 焼いてないのに顔色がくすんで見える
- 顔中に細かいシミがチラホラ出てきた
- サイズの大きなシミや肝斑も気になる



1 エステみたいな感覚でメイクを落とす★

クレンジングクリームをなじませながら顔全体をやさしくマッサージ。からの仕上げにタオル蒸し。アイメイクは落とさないでOKなのも嬉しい！　気持ちよすぎて早速寝そう♡



2 眉毛や生え際、ほくろなどをテープで保護

ピコトーニングはシミや肌に潜んだメラニンといった黒いものに反応するから、シミ以外の場所にうっかりダメージを与えないよう準備。こういうさりげない気遣いってありがたい★



3 シミが気になる部分にレーザーを当てていく

ほほ→おでこ→口周り→あごの順にくるくると。メラニンに反応する度パチッと音がするけど痛みは全然ナシ！　私の場合は肌が細かく刺激されてる感じが逆に心地よく感じた♡

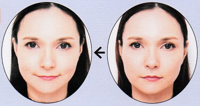


4 オプションのイオン導入でお肌を鎮静

料金は1回8,000円で導入する成分はお悩みごとに選択可。私は美白で♪　ビタミンCの美容液やトラネキサム酸を含ませたシートを乗せ、電流を流したローラーで浸透させる。



すっぴん時の肌色がトーンアップ



ほぼ全体に点在していた細かいシミと肝斑が薄くなった！　イオン導入で潤ったおかげか透明感や肌のハリも上がった気がする★　コンプレックスの毛穴も小さくなって感激♡



東京中央美容外科 中野院 院長 井上真梨子先生

中野院限定！ピコトーニングとは

1兆分の1秒間隔というスピードでレーザーを照射し、シミの原因であるメラニンを従来の治療より細かく分解＆肌質を改善。患部への負担や痛みが少ないのも大きな特徴です。

[料金] 9,800円～
[治療時間] 約20分（施術範囲により異なります）
[ダウンタイム] ほぼナシ。治療後すぐにメイク可能です。



優しくて聞き上手だから何でも話せちゃう★

カウンセリングも超丁寧。小さな悩みにも親身に向き合ってくれるし、詳しい説明やアドバイスをくれるから心強い。今日はシミや肝斑に効果的な治療法を提案してもらったよ！



有名人も通う新進気鋭のクリニック★

人気の秘密は、高い技術と最新の治療法を地域最安値で提供してくれるから。開院からたったの3年で全国に10院も展開したという話にも納得だね。治療を受けるのが楽しみ♪

この夏の反省点



公園焼けと通勤時の紫外線対策が甘かった

娘と公園で遊んでると、日焼け止めを塗り直すのを忘れるんだよね　通勤時もたかが数分とナメてたら、いつの間にか肌がくすんでた



先生がめっちゃ美人で美意識刺激されまくり

院長の井上先生はスキンケア、豊胸、若返り治療に精通するスペシャリスト。腕が確かで雰囲気もやさしくて、ご自身が美のお手本みたいな方だから、安心して治療を任せられる★

\ MERIが行ったのはココ！ /

東京中央美容外科　中野院

住 東京都中野区中野3-34-32 凱旋ビル3F
[アクセス] JR中央線中野駅南口から徒歩2分
営 10:00～19:00
休 不定休（予約は年中無休）
★完全予約制
電話予約は 0120-755-731
Web予約は
http://aoki-tsuyoshi.com/
（TCB公式サイト）
https://tcb-nakano.com/
（中野院個別サイト）

★TCBグループは宮城から大阪まで全国10院
カード払い可／個室待合室完備／駐車場なし（駐車料金補助制度あり）／交通費補助制度あり／通常よりもお得な価格で治療が受けられる美容モニターも募集中

\ 南国のビーチで開放的になりすぎた /

RIRIは 美肌美白炭酸パックで こんがり肌を鎮静！



こんな肌の人にオススメ！

- 日焼け後のヒリヒリが辛い
- 焼けたけど黒くなりたくない
- 乾燥肌をなんとかしたい
- 透明感のある肌になりたい

他にもこんな施術が受けられる！

ホワイトニング・パーソナルトレーニング・バストアップ・シェイプアップ・エステも可能。近所にあるhanaCoco本店ではヘアセット・メイクアップ・着付けメニューもあるんだって。



日焼け後24h以内の施術でメラニンをリセット

肌にやさしい＆鎮静効果があるから、デリケートな日焼け直後の肌にも使用OK！　焼けてすぐパックしたほうがメラニンの蓄積を防げるので、将来のシミ・シワ予防につながります。



ダンサー（29歳／東京都）独身・子供なし RIRIさん

普通の炭酸パックと何が違うの？

ビタミンCの172倍の抗酸化成分をたっぷり配合。メラニンをリセットするだけでなく、老廃物の排出や毛穴の引き締め、小顔作りなどに役立ちます。日焼け直後の肌の鎮静にもオススメです★

[料金] 2,000円
[施術時間] 約20分

全身脱毛も人気！

人気の「スピーディー全身脱毛」は初回7,500円(全身1回。通常価格は15,000円)。その名の通り短時間でツルツル＆美肌にしてくれるから、急な旅行やパーティーなどの直前に便利♡





全身脱毛DXコースもアリ 初回¥10,000
全身脱毛＋美肌美白炭酸パック。
通常価格は¥20,000



店内はハワイを思わせるおしゃれな雰囲気

水色を基調とした店内は大人ハワイアンがテーマ。20代後半～30代のスタッフが丁寧におもてなししてくれます。ひとりひとりに合わせた施術を提案してくれるのも心強い★



完全プライベートの個室サロンだから安心

お店は静かな路地裏にあるトレーラーハウス調の一軒家。完全個室だから人目が気になる人も安心して施術を受けられます。カップルやお友達同士の来店も歓迎してくれるよ♪

この夏の反省点

強い紫外線の下で長時間遊んじゃった



飲む日焼け止めを飲んで安心してたら南国の太陽は想像以上に強かった…　肌がめっちゃ乾燥してカサカサだし、色も黒ずんできた気がする

\ RIRIが行ったのはココ！ /

Beauty studio hanaCoco+plus
ビューティースタジオ ハナココ プラス

住 茨城県水戸市栄町1-8-20
[アクセス]
JR水戸駅からバスで10分、大工町下車。大工町交差点から徒歩2分
営 9:00～21:00
（当日最終受付20:00）
休 なし
★予約は時間外でも24時間対応可能
（別途時間外料金がかかります）
電話予約は029-297-8755
ほか、ホットペッパービューティーからのネット予約可・当日予約可・LINE予約可（ID hanacocoplus）
[公式ホームページ]
http://hanacoco123.com/

カード払い可／カップルの方や男性の施術も可／駐車場あり／完全プライベートサロン／ペット連れOK／シャワー完備／メイクルームあり

やっぱり私たちが見たいのは!

の中身♥ 2018年・晩夏

「真似しやすい」「見れば性格がわかる！？」とやるたび反響があるバッグの中身見せ♪　バッグのコンパクト化の波を受けて、今回は二つ折り財布のお姉さんが増えてました♥

PHOTO_Yoshinobu Bito, Nobuyuki Sasaki [KEIKO]
HAIR_Chiharu Koya Takemasa Yuko Nozaki[KEIKO]
DESIGN_Shigeyuki Ichihara　**TEXT&EDIT**_Anna Kuriyama

バッグ直入れコスメ	メイク直しポーチ	キーホルダー&キーケース	お財布	スマホ&スマホケース	バッグ	美人お姉さんたち♥
ベリー YSL ザ リップパレットは、発色のよい赤が揃ってて捨て色がひとつもない✧。フタ部分にミラーもついててメイク直ししやすいよ♥	Ⓐはグッチのポーチ♪　Ⓑミシャ テンションパクト、Ⓒバーバリーキス シアー29、Ⓓジルのシマークチュールアイズ07、Ⓔスポンジはお直し用♥	なし♥	グッチの二つ折り財布はちょうちょがかわいくてお気に入り♥　実は小銭が取り出しづらいんだけど、使い続けてたら慣れてきた(笑)。	スマホケースはスマホ本体より大きくて目立つものじゃないと使いたくない★　そうすると今のバッグには入らないから何もつけてない😊	自分へのご褒美として35万円で買ったヴィトンのバッグは、よく見ないとわからないくらいモノグラムがさりげなくて、そこがお気に入り♥	**桜井莉菜** 専属モデル(35歳／東京都) 独身・子供なし
移動中のタクシーでメイクすることが多いから、つけまもバッグに♪　愛用してるのはまつエクっぽい自然なミッシュブルーミンの6番★	デザインがかわいいⒶはアリスオリビアので、誕生日にもらった♥　Ⓑシャドーと Ⓓハイ＆ローライトはYSL、Ⓒシャドーはコスメデコルテ♥	なし♥	カード類も多いし、日々領収書が増えていくから普通の財布だと入りきらなくて、グッチのミニショルダーを財布代わりに使ってる(笑)。	羽柄がかわいいスマホケースは、リッチモンド&フィンチ✧。画面をフチどるようにゴムが入ってて、万が一スマホを落としても割れにくい♪	ジバンシイのバッグは高級感のある革の質感ところんとした見た目がかわいいでしょ♪　結構たくさん入るから、どんな用事でも使えるよ😊	**早川沙世** 専属モデル(35歳／東京都) 独身・息子1人・娘1人
お直しはバッグ直入れのⒶCHANELのパウダーファンデで済ませてます😊　リップはⒷのラシャス325とⒸのCHANEL402。どちらも愛用中♥	Ⓐのサンローランのポーチは口が大きく開いて使いやすい♪　Ⓑシャーロットティルブリー、ⒸTHREEで、どちらもハイ＆ローライト♥	ⒶCHANELのキーケースにはSuicaも入れてる♪　美和子先生からいただいたⒷのPRADAのキーホルダーは車のキー用で、私のイニシャル入り♥	シャンパンゴールドと、CHANELっぽくない星のキルティングがかわいすぎて、思わず衝動買い😊　ココマークが主張しすぎないのも◎✧。	iPhone6にⒶのGUCCI、iPhone7にはずっと欲しかったヴィトン×Supreme限定コラボのを使ってます♥　スマホは仕事用とプラベ用の2台持ち♪	サンローランを使ってます♥　新しく登場したデザインに一目惚れして買いました。たくさん入るのにとても軽いからヘビロテしています♪	**小原優花** 専属モデル(28歳／東京都) 独身・子供なし
ゲランKISSKISS ハートリップのⒶが574番、Ⓑが571番♥　荒れにくく落ちにくいし、マットすぎずツヤすぎない絶妙な質感が大好き😊	Ⓐメキシカンミニオンたちに一目惚れしてUSJで買った大きめポーチをメイク直しコスメ入れに♥　ⒷはM･A･Cのプレストパウダー♪	もらったのをきっかけにヴァレンティノでキーケースデビューした✧。裏側にカードポケットがついてて、家の宅配BOXカードキーをIN♥	小さいバッグを使うことが増えたからバレンシアガの折りたたみ財布に★　かわいくて軽いし収納力もバツグンで、もう長財布には戻れない😊	韓国に行った時、ミニオンpop up storeに寄ってゲットした限定デザインのスマホケース♪　上がギザギザしててお菓子の袋みたいでかわいい♥	ニコちゃんがポイントになったBloominのバッグ♥　シンプルなシルバーだからどんな服にも合わせやすくて、たっぷり入るところも好き♥	**杉山佳那恵** 専属モデル(33歳／東京都) 独身・子供なし
なし♥	Ⓐのポーチは大好きなパワパフのバブルス♥　いっぱい入るし、なにより大きいバブルスがかわいい‼　お直しパウダーはⒷのクリアラスト♥	ヴィトンのキーケースを愛用してるよ★　鍵の取り出しやすさはもちろんだけど、大人っぽいシンプルなデザインもお気に入りポイント♥	ヴィトンの財布♥　前は長財布派だったけど、今は二つ折りの気分♪　裏地のピンクがかわいい♥　カード類でパンパンだからしまらない(笑)。	透明のケースにアパレルブランド「FR2」のステッカーを貼っただけ★　本体がもうボロボロで、ステッカーを使ってヒビを隠してるの♪	CHANELを愛用してる♥　まず生地がかたくない‼　ロゴもさりげないワンポイントだから、服を選ばずに使えてとっても優秀😊	**根本弥生** 専属モデル(26歳／東京都) 独身・子供なし
なし♥	Ⓐ小さなCHANELのポーチはリップ入れとして使ってる。ⒷはM･A･Cのクリームシーン コーラルブリス、ⒸはCHANELルージュココグロス726	なし♥	オーダーメイドで作ってもらった財布はThe THIRDの✧。全て手作りで、いかつい感じとピンクゴールドのストーンがめっちゃかわいい♥	シンプルなWAYLLYのケースを愛用中♥　壁や鏡にペタッと貼れて、自撮りの時に大活躍‼　めっちゃ楽に撮れるから自撮りが捗る(笑)。	ヴィクシーのリュックを使ってるよ♪　大きさもちょうどいいし、デザインも大人っぽくてかわいい♥　物がたくさん入るから使いやすいんだよね😊	**加賀美 早紀** 専属モデル(33歳／東京都) 既婚・子供なし
フローフシのリップトリートメント＋3℃は、スッと出してひと塗りすれば、これ1本でほんのり色づいて潤うのでお直しも楽チンです✧。	ドライアイなのでⒶのロートCキューブは必需品♥　Ⓑ髪ゴム、Ⓒは小ぶりでたっぷり入る無印のポーチで、Ⓓコンタクト外す時用のケース★	なし♥	黒い財布はクリスチャン ルブタン✧。iPhoneも入るから、近所にちょっと行くだけなら必要最低限の物を入れてクラッチバッグ代わりに♥	ショップは忘れちゃったんですが、ネット通販で♪　ヒョウ柄みたいなベッコウ柄がかわいくて、まだまだ暑いけど秋先取り気分です♥	ビビッドな赤とカゴっぽい編み上げがかわいいバッグはZARAのです♥　ハンドル以外にショルダーストラップもついてて2wayで使えます♪	**けいこ** 専属モデル(34歳／滋賀県) 既婚・息子1人・娘2人

ガチ私物
全272コを
まるっと
お披露目!

隣の晩ごはんとか冷蔵庫の中身も気になるけど

あのコのバッグ

その他	必需品	エチケットグッズ	コード&バッテリー	食べ物	お薬	香水&ハンドクリーム
新作のカラコンの打ち合わせのとき持って行ったカラーサンプルがそのまま入ってた(笑)。この号が出る頃には発売してる予定だよ☺	大好きなコリラックマのキラキラ手鏡はファンの子からのプレゼント✧。メイク直しで使うからバッグの中に必ず入ってるよ♥	食事して崩れたリップは、いっそ落として直したほうがキレイだからⒶメイク落としシートも持ってる♪ マスクはまあ、なんか使うかなって(笑)。	写真をよく撮るし、SNSの更新やインスタライブもやるととにかく充電がなくなる!! 出先でもチャージしたいから充電器は必ず持ってるよ★	なし♥	花粉症で肌がかゆくなることも…💧だから、皮膚のかゆみや鼻炎にも効果があるアレルギール錠をバッグにIN。忘れたら出先で買う!	香水だと「香らせてます」って感じになるから、ハンドクリームのほうが好き✧。今愛用してるのはジルスチュアートのピュアナイトバニラだよ♪
Ⓐシャネルのブレス、Ⓑポーチとお揃いのヘアゴム、Ⓒ気分で付け替えるためのアクセで主にアンジュエールの、Ⓓシャネルのチョーカー✧。	マトメージュはもう何個使ったかわからないくらいリピ中☺ かわいいヘアアレをキープできるから、バッグを変えても絶対入れる!!	ⒶOra2、Ⓑキレイキレイ除菌シート、Ⓒミンティア、Ⓓポケットティッシュで Ⓔ子供用のハンカチ♪ 主に人と会う前のエチケットとして✧。	なし♥	1本ずつ買うより単価が安いから、ウーロン茶と緑茶をスーパーで箱買いしてる♥ 気分で好きなほうを持ち歩いて水分補給してるよ♪	なし♥	Ⓐは愛用してるジョーマローンのイングリッシュペアー♥ Ⓑは薬局で買った香水で、大人の香りがする✧。Ⓒはシャネルのハンドクリーム♪
Ⓐは今勉強中の英語教材☺ 鏡はⒷのDiorのノベルティを使ってます。Ⓒのキティちゃんのヘアピンはファンからいただいた大切なプレゼント♥	Ⓐはミラーレスの一眼です♪ オリンパスペンで、インスタの写真を撮ってます♥ ⒷはCHANELのカードケースを名刺入れにしてます♪	なし♥	めちゃくちゃスマホを使うので、バッテリーは必須です!! 特にこだわりはないですが、見た目がかわいいのでピンクのものを使ってます✧。	フィッツのグレープ味♥ あまりガムは食べなかったのですが、これだけは特別! この味が好きすぎて、いつもカバンに入ってます☺	なし♥	グッチ ブルーム オードパルファムを使ってます♥ ジャスミンが大人っぽい華やかな香りが好きで、もう何個もリピートしています
メイク直し時に立てて使うⒶの鏡はANNA SUI✧。Ⓑも鏡でこっちはちょっと確認する用♪ Ⓒには財布に入らないポイントカードを入れてる。	両方ともアマゾンで買った自撮りアイテムで、Ⓐは薄暗いお店とかでも明るく撮れるリングライト✧。Ⓑは三脚にもなる自撮り棒だよ★	毎シーズン新作を求めてUSJまで行ってはミニオングッズを買い漁っていて、ハンドタオルももちろんミニオン♥ 家もミニオンだらけ(笑)。	Ⓐはイヤホン、Ⓑがモバイルバッテリーで Ⓒはコンセント型充電器♪ どんな場所でも効率よく充電できるように、2コ持ち歩いてるよ☺	コンビニで目についた瞬間レジに♪ USJのお菓子もそうなんだけど、食欲より愛が勝って、もったいないからまだ開けてないよ(笑)。	なし♥	香りが長く持続するハンドクリームはジルスチュアート クリスタルブルーム スノー✧。ほんのり甘い香りで見た目もかわいいから入れてる✧
Ⓐは日焼け止めでSPF50+のKOSE SUNCUTジェル★ Ⓑは美白クリームのワンデーブライトナーだよ♪ 紫外線対策の必須アイテムたち♥	友達が暑がりな私にくれたⒶのミニ扇風機✧。Ⓑはネットで GETしたバブルスのパスケースでパスモが入ってて、Ⓒは3人揃った絵柄の手鏡♥	なし♥	なし♥	なし♥	Ⓐはロキソニン。Ⓑは鼻用、Ⓒはのど用のスプレー。慢性鼻炎だから必須!! Ⓓの口内炎薬はよく口内炎ができるから。あとはⒺの絆創膏♪	シャネルのガブリエルは、友人からのもらいもの♪ ホワイトフラワーの香りが女性らしくてお気に入りだから、ずっと持ち歩いてる☺
Ⓐはドンキで買ったメイク直し用のミラーで、大きくて見やすいところと自立するのが◎✧。Ⓑは夏の必需品、BioreのUVスプレー★	高校生の頃から愛用してるコテ♥ 出先で髪を巻きたい時、朝の巻きが取れてしまった時などに重宝してるよ✧。ガス式だから、どこでも使える♪	100均のおてふきシートで、リップ直し用★ ノンアルコールタイプで唇を拭くと剥けてしまった皮もキレイに取れてツルツルになるよ✧。	同時に2台充電できるモバイルバッテリーで、ちょっと重いけど薄くて場所をとらないから使ってる♪ 充電速度が速いから助かる♥	チュッパチャプスはコンビニ行ったら絶対に買う♥ クリーミー系が好きで、特にプリン味は最強♥ 撮影現場の待機時間とかに舐めてる♪	なし♥	なし♥
子供たちの暇つぶし用にトランプを持ち歩き✧。よくやるゲームはババ抜きや神経衰弱で、子供の記憶力はすごいなと実感してます☺	Ⓐはスキンアクアの日焼け止めジェルで2〜3時間ごとに塗りなおします♪ Ⓑはデオナチュレのスティック制汗剤で汗のニオイを予防♥	キティちゃんのハンドタオルは、白と黒のドット柄で大人でも使えるデザインです♪ 濡れた手や汗を拭くので、吸水性が高いもののほうが◎✧。	なし♥	なし♥	ポーラのホワイトショットは飲む日焼け止めです♪ 白肌にこだわってるわけではないけど、紫外線はお肌の天敵なので、内側からブロック★	なし♥

バッグ直入れコスメ	メイク直しポーチ	キーホルダー&キーケース	お財布	スマホ&スマホケース	バッグ	美人お姉さんたち♥
なし♥	Ⓐのエルメスのポーチには、Ⓑエチュードハウスのシャドー、Ⓒラシャスリップ♥ Ⓓミシャクッションファンデなどお直しコスメが入ってる♪	なし♥	小さなキーケースをずっと財布代わりに使っていて、もう大きな財布は使えない チェーンでカバンと繋いでおけるからなくさない✧	もらいもの♥ ソフトケースだから軽くて使いやすい♪ 一見柄も何もないシンプルなデザインなんだけど、猫耳がついててラブリー♥✧	ルブタンのハンドバッグは表側にはスタッズがついてて華やかで、裏側は無地。その日のコーデや気分によって向きを変えて使ってる✧	真優川 咲さん 美の伝道師(32歳/東京都) 独身・子供なし
Ⓐはエスティローダーのメイクパレット♪ ポーチから一個一個出すのが大変なときはこれで直す(笑)。Ⓑはヘアをまとめるマトメージュ♥	Ⓐのポーチは M·A·Cので、メイク直しのものは一通り入れてる♪ 代表的なのが、Ⓑのジバンシイハイライト、ⒸⒹはラシャスリップたち★	なし♥	FRULAのミニ財布は友達からのもらいもの★ 必要がなければ荷物は最低限にしたい派で、そんな日の小さいバッグにも入るサイズ♥	ケータイは2コ持ち★ LINE通話以外の電話は基本的にガラケーが多い♪ スマホケースには落下防止用のスマホリングをつけて使ってるよ♥	落書きみたいなグラフィティがオシャレなクリスチャン ルブタンのトートバッグ♥ たっぷり入るから荷物が多い日でも全部おさまる♪	美咲さん ジュエリーブランドK-デザイナー(34歳/東京都)独身・子供なし
Ⓐヴェレダの UVプロテクトはつけ心地が軽い♪ Ⓑアヴェンヌウォーターは乾燥対策! どちらもすぐに使いたいからポーチには入れない★	台形で物が収納しやすいⒶのポーチもエルメス♥ Ⓑのジルスチュアートバースデージェム02やミシャのクッションファンデが入ってる♪	なし♥	エルメスのA長財布はローズアザレの色がキレイ✧ 財布がパンパンになるのが嫌だから小銭はお揃いのBのコインケースに入れてるよ♥	去年の冬から使ってるケースはフランクミュラー✧ 特徴的な数字モチーフがかわいいし、持ってる人が少なくて他人とかぶらない	愛用してるのはバーキン30✧ たくさん入るところと、マチがしっかりしてるから物が多くても中がごちゃごちゃしないところが好き♥	RIRIさん ダンサー(29歳/東京都) 独身・子供なし
ポーチが入らないから、Ⓐクリニークのクッションファンデと ⒷCHANEL のグロスはそのままバッグへ♪ お直しで絶対使うものだけ厳選	なし♥	なし♥	友達から誕生日&クリスマスプレゼントとしてもらったお財布は、クリスチャン ルブタン★ ピンクベージュっぽい色がかわいくてツボ♥	よく物を忘れたりなくしたりするから、目立つ黄色をチョイスしたの★ スナイデルのケースだよ♥ ただし、チャームがとれちゃってて残念(笑)。	CHANELの王道デザインと爽やかな色がかわいくて、夏はついついヘビロテしちゃう白のマトラッセ✧ かさばるものはあんまり入らない。	青木りえさん 広島の看護学生(33歳/東京都) 独身・子供なし
なし♥	ⒶはM·A·Cのリップ、Ⓑは海外のつまようじ、ⒸはCHANELのグロスで、Ⓓはノーブランドのポーチ、Ⓔはキャンメイクのフィニッシュパウダー★	8年前に旅行で行ったパリで買ったエッフェル塔のキーホルダー♪ 選び方を間違えると子供っぽくなるキーホルダーだけど、これなら♥	エキゾチックなペーズリー柄と生地のキラキラ感がかわいいAsho Diamondsは夏限定✧ 毎年夏になるとこのお財布に変えるよ★	iPhoneSEを使ってるんだけど、対応してるケースが少ない STARRYのシルバースマホケースは貴重なSE用で、ミラーつきなのも嬉しい	神戸レタスのトートバッグはA4サイズの書類が入るところと、肩からかけられて楽ちんなところがお気に入り♪ バイカラーがオシャレ✧	神崎(りょく)メリさん メスカブロガー(38歳/東京都) バツイチ既婚・娘1人
SBYのポーチにフルコスメ入れてるからちょっと直すだけの時に使うTIME SECRETのミネラルファンデはカバンにそのまま入れて出しやすく♥	大きなリップがかわいいⒶはSBYので、リピし続けて5個目 Ⓑはジルのチーク、Ⓒはルナソルのシャドー、Ⓓはラシャスリップだよ♪	なし♥	かわいいCHANELの小銭入れ★ 今年だけでもう2回も財布をなくしてるから、小銭入れに無理やりカードやお札も収納して使ってる(笑)。	内側がピンクになってるヴィトンのモノグラムスマホケースは彼からプレゼントしてもらった ケースもお揃いで使ってるよ	ルブタンのビッグトートは彼とお揃いなの♥ マチがしっかりしていて荷物がたっぷり入るから、小旅行ならこれひとつで十分だよ♪	木村美和子先生 渋谷ラ・ブージュデンタルクリニック院長(36歳/東京都)独身・子供なし
Ⓐのカラコンは予備で、つけてるのと雰囲気が違うものを持ってる★ Ⓑは乾燥したときにシュッと顔に吹きかけるIPSAの美容液だよ	Ⓐはエミレーツ航空のビジネスクラスでもらったブルガリのポーチ Ⓑはディオールアディクトラッカー、Ⓒはsavexのリップクリームたち。	ハートとセクシーなリップのキーホルダーは、荷物をいっぱい詰め込んだカバンの中でも見つけやすい♪ ヴィクシーで買ったよ✧	allクリスチャン ルブタン! Ⓐはカードケースでクレカやポイントカードを✧ Ⓑはお金を入れてるメインのお財布♥ Ⓒは名刺入れ★	ⒷはiPhone8。メインで使ってるのはヴィトンのスマホケースをつけてるiPhoneX♪ 絶対なくしたくないから首から下げてる	Qbagはウェットスーツと同じ素材でできているから、雨に濡れても問題ナシ! たっぷり入るのにすごく軽いのも魅力的だよね♥	杏奈さん 元CA・英会話講師(28歳/東京都)独身・子供なし
ツヤっぽい仕上がりになるシャネル ル ブラン コンパクトはポーチではなくバッグに直入れして、気になった時にすぐ塗り直せるように♥	コスメのチャームがついた柔らかいナイロン素材のマリークワントのポーチには、メイク直し用のコスメとティッシュを入れてある★	イタリア土産で母親からもらったフェラガモのキーホルダーを使ってるの♪ 鍵をひとまとめにしておくとなくしにくいから重宝してる♥	去年もらったグッチの財布はベージュカラーが大人っぽい★ 小銭もお札も全部収納していて、小ぶりだからバッグが小さくてもOK♥	壁や鏡にくっつくから便利なWAYLLYのスマホケースを使ってるよ♪ 窓とかに貼り付けて撮ることが多い♥自撮りのバリエが増えた	ころんとしたシルエットがかわいくて上品なワンハンドルのバッグはFENDI♪ サイズ感もちょうどいいし、質が良いから長く使える✧	CHIHAさん ダイエットアドバイザー(30歳/東京都)独身・子供なし
肌が黒いとファンデがムラになりやすいんだけど、ⒶのM·A·Cのファンデならキレイに塗れる♥ Ⓑはジョンマスターのリップクリーム♪	ⒶのANELAのクリアポーチにはフルメイクコスメが♪ ⒷはM·A·Cのシェーディングで、Ⓒはメイク崩れしにくくツヤがでるスプレー★	ミネトンカのフリンジキーホルダーとロンハーマンのAのチャームAはありさのAね♥ 好きなブランドの好きなデザインで大満足♪	4年くらい前に大人っぽい色が気に入って買ったルブタンの財布★ 今まで毎年買い換えてたけど、この財布を超えるものにまだ出会ってない	WAYLLYは壁に貼りつけられるスマホケースで、主に写真や動画を撮るときに活躍する♥ 付属のポケットにはパスモを入れてる♪	3年前に夏限定デザインで出てたセリーヌのラゲージバッグ♪ ハイブランドに興味はないけど、セリーヌだけはずっと好きなんだよね	一条ありさ さん 整形コンシェルジュ(32歳/東京都)独身・子供なし

その他	必需品	エチケットグッズ	コード&バッテリー	食べ物	お薬	香水&ハンドクリーム
最近お気に入りのエマカラーのカラコンだよ♪ たまに気分を変えたい時や撮影でカラコンをチェンジすることもあるから、一応入れてる♥	SNSをやってると充電がすぐになくなっちゃう…。充電器は財布や鍵に匹敵するぐらい必需品★ 日によっては充電器2台持ちすることも♡	人と会う前のエチケットとしてAのミンティアブリーズ オアシスゴールドはバッグに入れてる♥ Bはスパ行った時用のスキンケアアイテム✧	なし♥	なし♥	Aは脂と糖の吸収を抑えるメタバリアプレミアムS、Bは鉄分や葉酸を摂取できるサプリdeグミ、CはUHAグミサプリのマルチビタミンだよ♪	なし♥
Aは財布に入りきらないカード入れでCHANEL♥ Bはつけ替え用のアクセで何種類か入れてる✧ Cは撮影前とかに使うスリミングジェル♥	iPhone8だからまだ電池は消耗してないけど、写メやムービー撮ってるとすぐ充電がなくなるから、バッテリーは絶対バッグにINしてる♪	なし♥	なし♥	なし♥	糖の吸収を抑えて腸内環境を整えてくれるAはメタバリアS、Bのホワイトヴェールは紫外線対策に持ち歩いてる飲む日焼け止めだよ♪	ザ・イイ女な香りのAはDiorのジャドール✧ Bはオーガニック成分たっぷり、コレスのアーモンド&カレンデュラのハンドクリーム♥
Aは暗い場所で使う自撮り用ライト、Bは100均で買ったくし、Cはミニサイズのリファで、Dはノベルティでもらったシャネルの手鏡だよ♥	AのブルートゥースイヤホンはBOSEので、彼からのプレゼント♥ No music、No life主義だからBのiPodとイヤホンは必ずバッグにIN✧	ピンクが好きだから選んだAはミンティアブリーズ シャイニーピンク♥ Bマスクはすっぴん隠しで、Cの歯ブラシはエチケットとして♪	Aはコンセントに挿して使うタイプの充電器で、Bは充電型のモバイルバッテリー✧ どっちもスマホ用で、その時々で使い分けてる♥	なし♥	外食でがっつり食べたい時に飲むカロリミット♥ とはいえ、サプリは正直気休め程度で、食べた分はきちんと運動して消費するよ♡	なし♥
Aは替えのカラコンでCはコンタクト液♥ 目がゴロゴロして不意に外したくなっても安心だよ♪ Bはこれまたなぜか入ってた外貨(笑)。	ICOCAもSuica×2も必需品♥ 3枚ある理由はなくすから(笑)&残高0円でも焦らないように♪ なぜかコンビニの商品引換券も入ってた	ブレスケアとして持ってるフリスク クリーンブリーズ✧ すーっとして清涼感があるのと、粒が大きいから食べごたえがあるんだよね★	なし♥	なし♥	なし♥	なし♥
AはオリンパスのTough、Bはむくみとり用靴下で、待ち時間などで脚が辛い時に履くと楽になる♪ CはLEDライトつきのミラーだよ✧	ノーブランドのキャップは、保育園のお迎えのときに着用♪ まぶしくらい夕方の日差しが強いので、必ずかぶって行くようにしてる♥	Aは原宿で買ったハンドタオル♥ グリーン×イエローが夏っぽくてかわいい♪ Bはフリスクネオで、大粒フリスクは常備してる★	なし♥	なし♥	目が乾いたなと感じたり、カラコンがゴロゴロしたら、コンタクトをつけたまま使えるロートシーキューブですぐに水分を補給する♪	なし♥
ご飯や撮影で記念に写メを撮るときに使うスマホ用リングライト♪ 小さいけど結構明るくて盛れるから、一緒に撮るコにも評判がいい♥	メイクだけじゃなく髪型までチェックしたいから、大きいサイズの鏡がベスト★ 凹みにミラーを引っ掛ければ自立するから使いやすい♡	Aのキレイキレイは、彼が柔らかいウェットティッシュが好きだから持ってる♥ Bは出先でも歯を清潔に保てるようにバッグに入れてる♪	基本クリニックにいる間は充電できているし、モバイルバッテリーを持ち歩くほどではない★ もしもに備えての充電器はピンクが好き♥	なし♥	メタボにならないように普段から気をつけたいから、糖の吸収を抑えて腸内環境をよくしてくれるメタバリアSをバッグに常にIN★	なし♥
ゲーム大好きだからAの3DSはいつも一緒♥ BはEXILIMのデジカメ、Cは出先で動画を見るためのポケットwifi、Dはタクシーのチラシ(笑)。	マスクは、すっぴん隠しや人が密集する電車に乗った時などに使ってる♪ 途中で外したら衛生面を考えてジップロックにしまうよ★	フライングタイガーで買えるスペアミントのフレッシュミントタブレット♥ スッとするよ✧ 人と会う前のエチケットとして食べてる★	Aスマホ用充電器♪ Bのbeatsのイヤホンはブルートゥースだから楽チン♡ 首にかけるものがないと不安だから、必ずかけて出発する♥	朝ごはんを食べ忘れた時用の一本満足! 食べごたえはもちろん、甘さもあって食物繊維やビタミンもとれるから、本当に一本で満足♡	AはBURSTプレミアム、Bはベルタこうじ生酵素、C暑い日用の冷えピタ、Dは第一三共胃腸薬で、Eは飲む日焼け止めのUV TOTAL CLEAR★	その時の気分で使い分けたいから、複数本を入れてる♥ AはCHANELのNo.5、Bはジョーマローン ミルラ&トンカ、Cはグッチ ブルーム✧
なし♥	なし♥	お気に入りのエチケットグッズはミンティアブリーズ♪ オアシスゴールドはブレスケアとしてだけじゃなく、味が気に入ってる♥	オーディオテクニカのブルートゥースイヤホンは、音が聴きやすい♥ 首にかけられるから邪魔になりにくいよ♡	なし♥	なし♥	フローラルでフルーティなわかりやすくイイ女の香りはCHANELのチャンス オー タンドゥル。持ち運びしやすいスプレーをチョイス✧
外国人の友人も多いからヒアリングはできるけど話せないからAの英語教本で勉強中★ Bのボタニストのボディクリームは保湿のために✧	コバコのミラーは2台目♥ LEDライトがつくから暗い店内にいても顔の様子がよく分かる♡ 約10倍の拡大鏡もついてて便利なの♥	仕事でもプライベートでも人とよく会うからAのフリスクはエチケット用に常備。Bのワンダーハニーのヘアスプレーは香りが最高!	なし♥	実はノドが弱くて、乾燥やエアコンですぐ声が出にくくなる💧 ケアするために龍角散のど飴は必需品で、バッグにも入れてるよ★	ヒールをよく履くから、靴擦れした時用にAの絆創膏はいつも持ってる✧ Bは充血が取れる目薬・クリアーアイズで、海外でしか買えないの。	ボトルごとバッグに入れてる香水♥ M・A・Cのシェードセンツで、バニラ系のお香っぽいエキゾチックな香りが、私の好みにぴったり♥

total 40,048,000 yen!

LUXURIOUS BRANDS SNAP

見栄で持つ時代は通り過ぎたけど、なんだかんだ持ってると気分が上がる♥

「流行ってるから」とか「あのコのBAGよりちょっとだけ高いの持ちたい」みたいな理由でブランド品を持つ時代は通り過ぎ、私たちは今、本当に良いと思ったものや心打たれたものを手に取るようになりました♥　そんなお姉さんたち27人分のハイブランドコレクションをお届けします♪

PHOTO_Yoshinobu Bito,Nobuyuki Sasaki [KEIKO] **HAIR**_Chiharu Koya,Yuko Nozaki [KEIKO] **DESIGN**_Hitomi Fujiwara **EDIT&TEXT**_Anna Kuriyama

永遠の「イイ女」アイコン♥

CHANEL（シャネル）

1909年にココ・シャネルが創立♥　私たちのおばあちゃんの時代から愛され続けてる。



10年経っても使える大人のマトラッセ♥

ドット×ストライプ柄が目を惹くワンピはスパイラルガールで1万円くらい♥　背中も空いててセクシー。NYで買ったNINEのヒールは履きやすいし靴擦れもしないの♪



広島の看護学生(33歳／広島県)
独身・子供なし
青木りえさん

夏っぽくてかわいい白のマトラッセは50万円くらい。チェーンで肩かけできて好き♥



Radyのワンピは胸元のデザインがキレイでサラッと着られるのに上品✧　YELLOのサンダルは足がキレイに見える。両方15,000円くらい。



主婦&投資家(28歳／埼玉県)
既婚・子供なし
菜探 梓さん

カジュアルなトートは大人めワンピと相性◎

32万円のトートはいっぱい入るところと、カジュアルにも使えるデザインがお気に入り✧



ロイヤルパーティーで1万円だったワンピは絶妙なラフさでラインがキレイ。同色でまとめた同じく1万円のサンダルはエスペランサ♪



主婦(33歳／東京都)
既婚・息子1人
奥山絵里奈さん

高級感のあるブラックシャネルでコーデをランクUP♪

シンプルなのに高級感があって大人っぽさがグッと上がる。古着屋さんで6万で購入♥



フェミカジュに合わせるのが今っぽい

デニムのチューブトップはショップリストで3,000円。涼しげでレースがかわいいチアークローゼットのスカートを合わせたよ♪　パンプスはヒールの高さとゴツさがツボで購入♥

専属モデル(26歳／東京都)
独身・子供なし
根本弥生



40万くらいだったバッグは、ザ・シャネルって感じじゃないのが逆にイイ★　たくさん入るよ♪



大人ピンクのバーキンは生涯のパートナー♥

専属モデル（28歳／東京都）
独身・子供なし
小原優花

首裏に大きなタグがついた遊び心のあるタグシャツは14万円、オーバーサイズのデニムシャツが15万円で、両方バレンシアガで買いました♪　ボトムとソックスブーツはZARAです♥

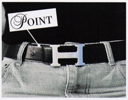


2018年の新色ローズパープルは、かわいいし歳を重ねても使えそうで一目惚れ♥　210万円でした◡̈

シンプルコーデを
格上げする圧巻のロゴ♥

ベルト以外は全身神戸レタスで、透け感のあるサマーニットは1,690円。腰回りのフィット感がツボなデニムは2,380円♪　8㎝ヒールなのに歩きやすいミュールは2,490円✧

メスカブロガー（38歳／東京都）
バツイチ既婚・娘1人
神崎メリさん



8年前、パリで10万円くらいで購入したよ。トレンドに左右されない安定感はさすが◡̈



ナポレオン3世やロシア皇帝も愛用✧

HERMES
（エルメス）

高級馬具の製造工房としてスタート。バーキンの原型は馬の鞍を入れるためのサドル・バッグ◡̈



ミント色のバーキンで
清涼感をトッピング

MIELI INVARIANTで15,000円のチュニックは光沢感とシルエットが大人っぽくて好き♥　ジュゼッペ・ザノッティのヒールは美脚効果絶大◡̈　約20万円くらいで買ったよ。

専属モデル（33歳／東京都）
既婚・子供なし
加賀美 早紀



サイズがちょうどよくて使いやすい、爽やかミントカラーのバーキン25は230万♥

バーキンを持つことは
キレイなお姉さんの宿命♥

ダンサー（29歳／東京都）
独身・子供なし
RIRIさん

肩のデザインとラベンダー色がお気に入りのワンピはセレクトショップdivakyotoで約8,000円✧　脚長効果が期待できるヌーディーカラーのパンプスは、ルブタンで14万円で購入したよ♪





130万円のバーキン25は色が好き♥　ハート柄ツイリーとロデオチャームでカスタム！

情熱の赤がテーマカラー♥

クリスチャン　ルブタン

CHRISTIAN LOUBOUTIN

レッドソール・ヒールの高さが特徴的なブランド。
バッグや財布、コスメもお姉さんたちに人気♥



甘くないルブタンで彼とお揃いがブーム♥

渋谷ラ・ブージュ デンタルクリニック院長
木村美和子先生
（36歳／東京都）独身・子供なし

Cocoのワンピは柄とウエストのイエローがかわいい♥　ハイヒールでも歩きやすいサンダルもルブタンの物で12万円くらい✧



POINT

撮影前日に彼とおソロで買った新作のバッグは20万くらい。ハートのチャームがかわいいよね♥



POINT

逆側は無地になってて、どっち側を見せるかで表情が変わる♪　34万円くらいで購入。



ルブタンの赤が映える夏の終わりの黒コーデ✧

美の伝道師（32歳／東京都）
独身・子供なし
真優川 咲さん

フロントにスリットが入ってセクシーだけど、実はロンパースなの😊　リゼクシーで8,000円で買ったよ♥　靴はヴィトンで18万円、レディにもカジュアルにもマッチしてあわせやすい。



グラフィティを使いこなして
大人の余裕を演出♥

ジュエリーブランド-K-デザイナー
（34歳／東京都）独身・子供なし
美咲さん

ベルトのウエストマークで細見え効果もあるスパイラルガールのビスチェは5,000円✧　EMODAで買ったスキニーパンツと合わせたよ♪　赤のウエッジソールは軽くて歩きやすいの♥



POINT

20万くらいで買った春夏の新作で、ラクガキみたいなデザインがかわいすぎて即決♥



ハデ色はポイント使いするのが大人の流儀♥

起業準備中（31歳／東京都）
独身・子供なし
今井麻莉江さん

ショート丈でバランスが取りやすいトップスはエムエムアタッチメントで23,000円♪　スリット入りスカートはラブレスの。荷物が多い日もエレガントに決まるバーキンをON♪



POINT

編み上げがかわいくて、ルブタンらしい派手な色使いにも胸キュン♥　11万円くらいだったよ😊



POINT

エステティシャン
（28歳／埼玉県）独身・子供なし
水原 乙さん

負けたくない日の戦うレディパンプス

15万円のルブタンのビビッドピンクのハイヒールは一目惚れ！　特別なときにだけ履くの♥



MiiAで8,000円だったワンピは袖がふんわりしたチュールになってるの♥　15万円したプラダのバッグは軽いから大荷物でも楽ちん😊



さりげなく品格が出る控えめな存在感✧

ダイエットアドバイザー（30歳／東京都）
独身・子供なし
CHIHAさん

オフショルトップスとペンシルスカートはどちらもfeericherluの✧　足首がキレイに見えるパンプスはヴァレンティノで10万円♥



POINT

40万円だったピーカブーは私にとってイイ女の象徴！　持ってると背筋がシャンと伸びる✧

クラシカルな中にも遊び心を♥

フェンディ

FENDI

ローマで誕生した服飾ブランドで、「バッグバグズ」というオリジナルキャラクターが話題に✧

空前のブームを起こした今年のBIG HIT♥

グッチ

GUCCI

イタリアの高級皮革製品店が始まり。2015年にデザイナーが交代し、新コレクションが人気✧



ハデ柄のクラッチで一気にこなれる♥

北新地バー・ココムーン オーナー（32歳／大阪府）独身・子供なし **まなかさん**

上下ともルシェルブルーで、2万円だったスカートはハリのあるフレア感がツボ♪ パンプスはグッチで12万円。裏地が花柄でかわいい♥



柄に一目惚れしたクラッチは8万円。シンプルな服が多いからアクセントとして活躍★



グッチはヒール部分がかわいいんです♥ 高さはあるけど、歩きやすい♪ 16万円です✧



グッチのサンダルは5万円。特にデニムとの相性が良くてお気に入り😊



ド直球なシンプルコーデは足元で差をつける♥

名古屋まつ毛専門店グランデアイズ代表（36歳／愛知県）独身・子供なし **伊吹奈々さん**

セクシーなトップスはミッシュマッシュで4,000円♪ ダメージデニムはアルマーニで、カジュアルなデニムバッグはPRADAで12万円だった♥



パールとスタッズで彩られたセレブな午後♥

会社オーナー兼投資家（31歳／東京都）既婚・娘1人 **寿リリカさん**

ツイード素材で高級感のあるワンピースもグッチで40万円♥ 130万円のバーキンにはツイリーを巻きました♪ 主人からの贈り物です✧

創始者は荷造り用のトランク職人★

ルイ・ヴィトン

LOUIS VUITTON

1854年設立。当時からコピーが出回るほど人気で、モノグラムはその対策から生まれた♥



素敵な場所へ運んでくれるキラキラゴールド✧

お稽古サロン経営&講師（32歳／愛知県）既婚・子供なし **奈々子さん**



バッグと色をあわせたパンプスは13万円。かかとの鍵型チャームがかわいくてお気に入りです♥

Diorのトップスは93,000円。パニエっぽいボリュームに胸が踊るスカートは1万円で、キラキラバッグはフルラで3万円です✧

気軽に合わせられるミニリュックが気分♥

美容室経営&アクセサリーデザイナー（30歳／東京都）既婚・子供なし **大城あいさん**

ワンピとブーツはmiumiu♪ 柄が気に入ってるワンピは空港の免税店で8万円♥ ブーツは15万円くらいで旦那さんからのプレゼント😊





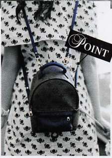
元CA&英会話講師（28歳／東京都）独身・子供なし **杏奈さん**

毎日一緒にいるから見た目にはこだわりたい

トレンドゴシップのニットはオーバーサイズでズルっと♥ 小物は30万円のルブタンのヒールと、25万円のセリーヌを合わせたよ😊



スマホケースは14万円！ いいお値段だけど、毎日見るものだから妥協したくなくて♥



30万円で購入。ミニサイズでもマチがちゃんとあるから結構入るし、意外とどんな服にも合う♪



オンナでもありママでもある大人の欲張りスタイル♥

肩がけにもできるから子供の抱っこおねだりにもすぐ応えられる😊 30万円くらいだったよ♥

専属モデル（35歳／東京都）独身・息子1人・娘1人 **早川沙世**

Radyのセットアップはサイドラインに細見え効果があって女性らしく着られる♥ merenのサンダルは足の甲がレースになっててかわいいし、厚底だから歩きやすい♪

エレガンスを極めたパリ生まれブランド✧

ジバンシイ

GIVENCHY

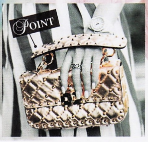
『ティファニーで朝食を』へ衣装提供もしていて、多くのセレブたちに愛されてる♥



肌見せがアクセント!
レトロなサマー・ガール♥

美容ブロガー（32歳／大阪府）
独身・子供なし
久保七瀬さん

ロミールのワンピは首周りが広く開いたオフショルが気に入って13,000円で購入♪ シンプルで合わせやすい白のパンプスはR&Eで7,000円。



誕生日にもらったバッグはゴールドのキラキラとサイズ感がかわいいの♥ だいたい20万円。



真夏のブラックコーデでミステリアスなお姉さん♡

専属モデル
（35歳／東京都）独身・子供なし
桜井莉菜

トップスもボトムスもRiina couture♥ 特にボトムスは他のアイテムとも合わせやすくてヘビロテ中♪ スタッズがついた15cmくらいあるヒールはRuuAで14，000円★



いただきもので当時はまだ日本未上陸♪ ピンクのハートとスタッズがかわいすぎ😊 約25万円。

ップスはショップリストで1,000円、ボトムスはGRLで3,000円、オレンジが鮮やかなガウンはローリーズファームで7,000円くらい♪ オーロラっぽいスタッズがかわいいルブタンを合わせたよ✧



イタリアのアパレルブランドといえば

ヴァレンティノ

VALENTINO

2011年に発売されたヒットしたロックスタッズコレクションの人気が止まらない😊

いつものデニムコーデが一気に華やかに✧

栄養士&ネイルアーティスト
（31歳／群馬県）
バツイチ独身・息子1人
琉河さちさん



長く使うものはハイブランドが好き♥ 長財布もスッと入るサイズのバッグは10万円くらい♪



残暑のツラさを一掃するゴージャスなリゾートコーデ

蒸し暑くてもさらっと着られて楽ちんなロンパースはロイヤルパーティーで1万円♪ ウエストリボンで脚長効果も期待できるんだよね😊

バー店員（29歳／東京都）
独身・子供なし
矢野ユウキさん



初めて買ったハイブランドバッグで、10万円くらいだったよ♥ 色と形がキレイでヘビロテ♪



カジュアルコーデが多いので、いかにもなハイブランド感がなくて好き♥ 約15万円でした。

映画でキャリアウーマンが着てた!

プラダ

PRADA

1919年にイタリア王家御用達に✧ 定番のカナパトート、みんな持ってたよね😊



一目惚れで買ったスピードトレーナーは11万円★ かわいいし、めちゃくちゃ歩きやすい!!



キャンバスならママモードでも大活躍♪

専属モデル（34歳／滋賀県）
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

韓国の通販で買ったトップスに合わせたのは、タイトさと丈感が良いbirthday bashのデニムロンパースで、5，000円でした✧ 靴はGU。



ヘアメイクはハデめに服はラフなのが好み♡

モノトーンで統一。トップス、ボトムス、ソックスはブルーミン♪ キャップとバッグはバレンシアガで、それぞれ5万円と9万円♥

専属モデル（33歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵

モードファッション界を牽引する存在。

バレンシアガ

BALENCIAGA

1900年代初頭にスペインで誕生。シンプルでゆったりしたシルエットが人気ポイント✧

セットドレスの
最低金額が他店より
1円でも
高い場合は
ご相談下さい！

新人キャバ嬢 フルコーデSET

安値 圧倒的 No.1宣言！

Best Rate Guarantee
最低価格保証



「初めてのキャバ嬢」でもこれさえあれば全然OK！

選べる4点セット

DRESS + BAG + SHOES + NUDE BRA

STEP 1 ドレスを選ぶ
ドレスの累計販売枚数
500万枚突破！
お好きなカラーやサイズ、
ミニもロングも選べます

STEP 2 バッグを選ぶ
数種類の中から
お好きなバッグを
選べます。

STEP 3 靴を選ぶ
人気のパンプスや
サンダルから選択！
色・サイズを指定できます。

STEP 4 ヌードブラを選ぶ
ドレスを着るときの
必需品！
色とサイズが選べます。

選べる4点セット
通常価格 Max ~~¥32,400~~
¥8,980+tax

さらに、姉ageha限定クーポンご利用で

¥7,980+tax

期間限定
2018年9月30日まで

姉ageha限定
4点セット割引クーポン

クーポンコード
an7001

セットドレスを購入する際、右上のクーポンコードを入力してください。

電話注文・お問い合わせ 営業時間 10:00〜18:00
03-5422-8818
平日17時半・土日祝日16時までの
ご注文で当日出荷

No.1 ドレス通販
dazzystore.com
デイジーストア
dazzy store

靴とバッグが決まればコーデの70%は成功
秋のオシャレを先取りしよ♥

姉ageha ブランドモール

MAX 35% OFF

たっぷり入るトートバッグに、歩きやすいローファーやスニーカーといったカジュアルなアイテムが大集合★　ベーシックなカラーのアイテムが多いので、キレイめコーデとも相性バツグン♥

PHOTO_Satoshi Ohmura　**HAIR**_Anri Mitsuishi
DESIGN_Yumi Tanabe(La Chica)　**EDIT&TEXT**_Anna Kuriyama
※このページで紹介しているアイテムは、すべて税込み価格です。



専属モデル（33歳／東京都）独身・子供なし
杉山佳那恵

カジュアルMIXをマスターしてオシャレ偏差値が上昇♥

BAG

使いやすい定番トート大集合★

STELLA McCARTNEY



34% OFF

ブティック通常価格
¥111,240
姉ageha限定価格
¥72,800

ブランドを代表するファラベラミニのショルダーバッグ✧　人工皮革はとても柔らかくて、くたっとしたシルエットもかわいい



32% OFF

ブティック通常価格
¥108,000
姉ageha限定価格
¥72,800

正面にブランド名が刻印された2WAYバッグだよ✧　シンプルだからシーンを選ばないし、マチが12.3cmもあって、たっぷり入る♪

TORY BURCH



32% OFF

ブティック通常価格
¥28,080
姉ageha限定価格
¥18,980

定番ライン「ELLA」のナイロン素材のトートバッグは、異素材MIXでオシャレ♥　軽いうえに耐水性に優れているので雨の日も安心



32% OFF

ブティック通常価格
¥48,600
姉ageha限定価格
¥32,800

ゴールドのロゴが輝くシンプルな通勤向けバッグ✧　ポケットが外側に2つ、内側に5つと、とにかく収納スペースが多いのが魅力★



30% OFF

ブティック通常価格
¥57,240
姉ageha限定価格
¥39,800

A4サイズの書類がすっぽり入るから、ビジネスシーンで活躍すること間違いナシ★　口が広いから物の出し入れがしやすいよ♪

FENDI



35% OFF

ブティック通常価格
¥218,160
姉ageha限定価格
¥139,800

ソフトカーフレザーで手触りが優しい上品な一品✧　ストラップは取り外し可能だから、シーンに合わせてアレコレ使い分けられます♥

SHOSE

歩きやすいカジュアル靴♥

STELLA McCARTNEY



30% OFF

ブティック通常価格
¥122,040
姉ageha限定価格
¥84,800

マニッシュなパンツコーデにオススメのメンズライクなローファー★　9cmヒールだけど前側も厚くなってて前後差が少ないから歩きやすい♪



29% OFF

ブティック通常価格
¥63,720
姉ageha限定価格
¥45,000

ファラベラシリーズのバッグと同じダイヤモンドカットのチェーンが輝く✧　かかとの内側に滑り止めがついていて靴擦れしにくい♥



27% OFF

ブティック通常価格
¥87,480
姉ageha限定価格
¥63,000

マジックテープだから楽ちん♪　デザイン性の高いソールは厚みがあって安定感もバッチリ♥　長時間歩いても疲れにくいよ

JIMMY CHOO



33% OFF

裏側にも星がいっぱい★

ブティック通常価格
¥100,440
姉ageha限定価格
¥67,000

フォルムはカジュアルでも、上質なレザーやブランドアイコンのミックススタッズのおかげで高級感が♥　コーデのポイントになっちゃうくらい華やか✧

人生のピンチ回避術

どこにあるのかわからない人生の落とし穴！ みんなの経験から学ぼう!!

不倫 三角関係 女同士のバトル 毒親 DV男 束縛男 ストーカー etc.‥

人生何が起きるかわからない😊 30年くらい生きていれば痛い目に遭うことだってある💧 ということで、みんながピンチに陥ったエピソードと、そこから学んだ教訓や脱出法をご紹介！ 他人事と油断していると、明日は我が身かも…!?

PHOTO_Yoshinobu Bito
HAIR_Chiharu Koya、Takemasa
DESIGN_Ark design
EDIT&TEXT_Yuriko Isayama

三角関係

彼氏が友達と浮気!! 女同士の壮絶バトルに💧

高校時代の友達に彼氏を紹介したら「タイプ♥」というから不安に思っていた矢先、彼と彼女の自動車学校が偶然一緒に。嫌な予感は的中して、友達は**私に内緒で彼に近づいて誘惑してたみたい💧** 見るに見兼ねた彼の友人が私に全てを教えてくれて浮気が発覚したんだ。ブチ切れた私は友達を呼び出して話そうとしたところ、逆ギレされて胸ぐら掴まれました。温厚な私も流石にそこでプッツン。**殴り殴られの大乱闘に!!** 殴り合いの末に彼を呼び出すと、「誘われたから、遊びのつもりで関係を持った」と言う彼に、友達が今度はブチ切れ。その日を境に彼女とは縁を切りました。**彼とは雨降って地固まり、ますますラブラブな関係に♥**

変な女に彼が誘惑されないための心得

- 友達にうかつに彼を紹介しない
- 彼の自分への気持ちを確認する
- ピンチをチャンスに変える

（伊吹奈々さん）

浮気相手と協力して浮気彼氏を懲らしめた😊

20代の頃、同棲していた彼氏に浮気の気配があったんです。そこで怪しいと思っていた番号を控えて、直接連絡してみることに。そしたら、「彼女がいるって聞いてなくてすみません!!」と謝られ、**「今度会う日にその場に来て彼を反省させますか？」**と提案されたの😊 居酒屋の半個室の待ち合わせ場所に2人が揃ったところに私が入って行って彼を追い詰めてみることに。そしたら私の顔を見るなりすっ飛んで逃げた！ その後、電話がかかってきて平謝りされました。後日、その女性から改めて謝罪したいと家に招かれ私1人でお邪魔することに。彼女とはすっかり仲良しになりました（笑）。そして、**浮気男とはその後すっぱりお別れしました。**

浮気男に振り回されないための3か条

- 浮気の証拠をしっかり掴むこと
- 浮気相手をやみくもに責めない
- 浮気は病気。別れる勇気も大事

（流河さちさん）

酔った勢いで昔の合鍵で元彼の家に侵入したら…

18歳の頃同棲してた彼は、私と結婚したいと言ってくれた😊 でも私がまだ遊びたい年頃だったから落ち着けなくて、そのせいで喧嘩も増えて別れちゃった💧 けど別れてはじめて、彼の大切さに気がついた。もう一度やり直せたらいいなと思ってずっとメールしてたけど、急に返信が途絶えて。諦めきれない私は直接会って話したくて**昔もらった合鍵で同棲してた部屋に行ってみる**ことに。部屋には誰もいなかったけど明らかに女と同棲してる様子だった。ショックすぎて朝方の路地を大泣きしながら歩いて帰った。彼がそのあとすぐ同じ職場の人と結婚したと知って、1年くらい立ち直れなかった。冷静になって振り返ると、家に行ったときに誰かがいたら不法侵入って言われる可能性もあったなってヒヤッとする（笑）。

辛い恋を回避するための3か条

- 追うより追われる恋をする
- 別れた男の家には行かない
- 失恋したらすぐ切り替える

（RIRIさん）

不倫・禁断の愛

不倫の末の略奪愛はハッピーエンドならず…

2年くらい前に8歳年上の上司と不倫関係に。彼はノリが合うし仲の良い存在だった😊 始まりは会社の飲み会の帰り道。深夜、お酒を飲まなかった私は何人かを車で家まで送ることに。最後に残った彼は、**「俺、奥さんとセックスレスなんだよね」**って相談してきて、それを聞いてるうちになんだかいい感じになっちゃって…。
それ以来、一人暮らしをしている私の家に彼は頻繁に来るようになった。一緒に買い物に行ったりスノボにも行った。それでも会えない時間は苦しくて、泣いてた。
そんなある日、彼から**「バレた！」ってLINEが!!** 携帯を見られてバレてしまったらしく、奥さんは実家に帰ったらしい。その後、彼は実家に謝りに行って、私とは一切関わらないということで慰謝料も取られなかったからホッとした。でも半年後、結局うまくいかなかったみたいで離婚。私は超喜んですぐに2人で暮らし出した😊 でも一緒に生活をはじめてみたら、いつも寝てばかりで家のことは何もしてくれず…💧 休日もどこにも連れて行ってくれなくなって、あの甘い日々が嘘のように崩れ去った。結局、私のほうから嫌気がさして半年後には別れを告げた。本当、**2年間を無駄にしたなって後悔しかないです💧**

不倫の沼にハマらないための3か条

- 彼の人柄を冷静に見つめる
- 誰かを不幸にする恋愛はしない
- 慰謝料もあることを肝に銘じる

（R.Nさん）

ご近所不倫で夫に遭遇 変装してピンチを回避!!

結婚して約5年。夫婦の関係はそれなりにいいけど、3年くらい前からセックスレスになりました。でも女の部分は捨てられなくて、毎日家事をしながら悶々としてたんだ💧 そんな時、バーでナンパされて出会ったのが彼♥ **顔も雰囲気も好みだったし、なんと家が近所だと発覚♪** 夫がいないスキを狙って徒歩15分の彼の家に会いに行ってた。実はセックスレスになってから生理がこなかったんだけど**彼とエッチするようになってからちゃんと生理がくるように！** 使わなすぎて子宮が冬眠状態だったのかも（笑）。それに、イライラしなくなったから夫にも優しく接することができるようになった♥
そんなある日、夫と一緒に家でくつろいでいると珍しく彼から電話がかかってきてびっくり!! でも私、念には念を入れて、**女の子の名前に変えていたから**バレなかった。いつもは外で会ったりしないんだけど、「たまには家の周りでご飯したいね」という話になり、その日は**ウィッグに帽子で変装♥** そしたら駅前で、夫の姿を見かけてヒヤリ!! でも変装のお陰で全然気がつかれなかった😊 夫とはセックスレスなこと以外は良好だから別れるつもりはないけど、**心と体の健康のためには彼も必要♥** だから絶対バレないようにって心に決めています。

バレずに不倫する3つの技

- 電話帳の登録は同性の名前にする
- 外を歩くときは変装する
- LINEの履歴はこまめに消す

（K.Hさん）





睡眠薬を飲まされて仕事を失いかけた話

カタログ撮影の仕事で、やたらと私をライバル視してくるモデル仲間の A ちゃんと二人で東京から大阪まで行くことに。新幹線で私がトイレから戻ると「お茶飲む?」と紙コップを渡してくれたので飲んだら、**急激な眠気に襲われて気づいたら意識を失った**。駅員さんに起こされて横を見たら A ちゃんはいないし、私は終着駅の博多まで来ちゃってた!! 携帯には社長からの着信履歴がズラリ。折り返して事情を説明しても信じてもらえず、「何を言ってるんだ」って怒られた でも、後から A ちゃんが他のモデルに「あいつに睡眠薬を盛ってやった」と自慢しているのが社長の耳にも入って、私はなんとか信頼を回復することができたんだ

対抗心むき出し女と接するときの心得



(矢沢なりさん)

- 警戒心を常に持っておく
- ライバル心に火をつけない
- いつか自滅するので取り合わない

長年、慕っていた人が実はXXXだった話

私を妹みたいにかわいがってくれてた港区タワマンセレブのお姉さんがいた よくうちのカップルと、あちらの夫婦でダブルデートしたりもしてた。そんな中、私が彼にプロポーズされてお姉様にも報告したら、**「おめでとう。でも、あなたのお腹と部屋に黒いものが見えます。二人はうまくいかないでしょう」**とまさかのオカルト的な呪いの言葉！ その後、彼に自分の下着姿の写メを送ったりして大暴走（笑）。後々知ったんだけど、この女性はうまく行っているカップルの旦那や彼氏を誘惑したり、女性側に変なことを吹き込んで破滅させようとする**カップルクラッシャー**だったらしい。何年も信頼してたのに、ショックだったな…

非常識女に会った時に注意したい3つのこと



(神崎メリさん)

- ムカついてもバトルしない
- フェードアウトして連絡を断つ
- 彼氏と情報を共有する

友達もアクセサリー感覚!? イタすぎるインスタ映え女

SNS を通じて仲良くなった子とご飯に行ったりするようになった でも自慢話ばかりだしインスタ映えに必死でだんだん疲れてきたんです。それに、いつもモデル気取りで「私の写真撮ってもらっていい～?」と言われるのでうんざり 挙げ句の果てには、**私が身につけてるものを、自分のモノのように撮影してインスタに上げる**始末 利用されてるだけな気がしてつきあいきれないと思って、フェードアウトしました。

恨みを買わない距離の取り方



(黒咲ユウキさん)

- SNS 上のおつきあいだけに留める
- リアルでは会わないようにする
- 適度に「いいね」を押してあげる

女同士のトラブル

まるで刑務所のような女だらけの寮生活!!

中学の頃、編入して女子校の寮に入ることになりました。でも初めて部屋を見たときには驚愕… だって窓は鉄格子で、家具はベッドとタンスだけ。仕切るものはカーテンしかなくて刑務所みたいって思った。携帯電話は持ち込み禁止だし、朝は爆音で鳴り響く踊る大捜査線のアラームで起こされ、整列して点呼。お風呂の時間もお風呂場で座る場所も決まっていて、夜は 23 時には消灯…。信じられない環境に驚きながらも、3 人の同期編入生だけで話していたら、同級生 6 人がいきなりカーテンを開けて部屋に入ってきたんです。そしたら**「あのさ、今すぐ家に帰ってくれない? うちら、あんた達と仲良くする気ないから」**と突然のハブ宣言!! いきなり受けた女子寮の洗礼に震えが止まらなかった。それからというものご飯を食べるテーブルに行くことさえ怖くて、蒸し返すような暑い夏も寒い冬も 3 人で中庭で食事をした 卒業する頃には、私も随分打たれ強くなってた 社会人になって、客室乗務員になったときも女の世界で大変だったけど、**あの時の経験があったからなんとか生き抜くことができた**と思ってる

女の園で生き抜くための心得3つ



(杏奈さん)

- 挨拶や礼儀はしっかりと！
- イジメられても、くよくよしない
- 戦友を作っておくこと

モラハラ男のせいで流産→うつ病→退学

大学生のとき、彼女に振られて廃人みたいになっていた男友達を励ましてるうちに、彼からの猛プッシュでつきあうことになりました。彼のご家族とも仲良くなり結婚も考えていた頃…、彼の mixi に**「幼馴染だったあいつとつきあって 1 年記念日の今日、婚約指輪を渡しました。卒業したら結婚するよ！」**と書き込まれているのを発見!! 何かの間違いだと思いながら彼に問い詰めたところ、逆ギレされた上、「お前のせいで彼女とうまく行かなくなった」とか「お前は一生幸せになれない」といったモラハラ発言まで飛び出し唖然。実はその時お腹には 2カ月の赤ちゃんを授かっていました。でも彼のモラハラ発言があまりにショックで流産…。ダブルでショックを受けた私は精神を病んで半年くらい閉鎖病棟に入院することになり、大学も辞めざるを得なくなりました。あの時、彼のことなんて放っておけばよかったと何度後悔したことか 今うつ病は治って新しい彼氏もできたけど、**20 代の一番楽しい時間を奪われ、人生をめちゃくちゃにされて今でも恨めしいです。**

モラハラ男に遭遇した時したいこと

(M.Y さん)

- 記録をとっておく
- 第三者に相談する
- 慰謝料を取れるか考える

DV 男に豹変した彼氏に殺されそうになった

元カレが変な先輩に触発され急に DV 男に 別れたいと言っても殴る蹴るの暴行で話にならないので警察に相談するも、注意だけしかしてくれなかった。身の危険を感じ、友人宅に避難したら私を探し回っていたらしく友人宅までやって来たんです!! 田舎だったので玄関の鍵を閉め忘れていたため、玄関から侵入した彼に連れて行かれそうに…。力では勝てないので大人しく後ろをついていくふりをして、彼が玄関から出たタイミングで急いで鍵を閉め、その隙に警察に通報しました。そしたらなんと**トイレの窓から入ってきて、拉致られて車に乗せられた**んです。彼が DV 男になるきっかけになった先輩も一緒でした。少し離れた川で降ろされ、「もう絶対逃がさない、覚悟しろよ」と脅され携帯も壊されました。**これから私は殴られて殺されて、この川に沈むのかもしれない…**。そう諦めかけた時、警察が駆けつけて彼らはお縄に！ 九死に一生を得ました あの時、警察が来なかったらどうなっていたのか…。今思い出しても震えが止まりません。

DV 被害に遭わないためにできること

(R.O さん)

- DV の片鱗が見えたらすぐ離れること
- 周りにもヘルプを出すこと
- 警察には早めに相談すること

モラハラ・DV・束縛男

束縛男の異常な行動 恐怖を感じて別れました

昔、超束縛体質の男とつきあっていました。ある日、私が外で女友達と夕飯を食べてて携帯を見てなかったことがあったんです。そしたら**着信履歴が 100 件を超えていて**！ 家に帰ると私の洋服や下着や、ブランドのバッグまで全部浴槽に捨てられてて、その上から醤油や油など調味料がドバドバかけられてました‥。総額 100万円以上の損害だったと思います ある時は、あらぬ浮気の疑いをかけられて携帯電話も壊されました。彼が冷静になった時に「なんでこんなことしたの?」と問いただしたら、**「お前が外に出れないように」**とか言ってきて背筋が凍りつきました。しかも「携帯は俺が買ってやるから！」と笑顔で開き直られドン引きでした。何であんな人とつきあってたんだろう

束縛男を見抜く3つの方法



(流河さちこさん)

- 彼女が露出するのを嫌がる
- 男のいる飲み会には参加禁止
- 友達といると伝えてても電話してくる

毒親

毒親コンプレックスから抜け出す方法

(K.O さん)

- 産んでくれたことは感謝する
- 親も 1 人の人間なのだと思う
- 悪いところは反面教師にする

母親の尻拭いで無一文にそんな中、妊娠して…

高校生の時、家に帰ると**母が置き引きで逮捕された**と連絡がありました。私は母が盗んだたくさんの財布やカバンを返しに警察署に行き、被害者から盗んだお金を自分の貯金で弁償。さらに母に借金があったと発覚し、**全て返したら無一文になりました。**
そんな中、**私の妊娠が発覚**。私たちは母子寮に住んでいたのですが、私が 18 歳になったら寮を出なければならないことになっていて、誕生日を迎えた妊婦の私は家を失いました。彼氏とは遠距離だったので頼ることもできず、友達の家を転々とすることに。行くあてがない時には、つわりで吐きながら公園で寝ることも… でも「母親になるんだからしっかりしなきゃ」と思って乗り切りました。後に、面会で母に何故あんなことをしたのかを聞いたら「団地に引っ越せることが決まって、あなたが欲しがっていた一人部屋も用意できるから、家具を揃えてあげるお金が欲しかった」とのこと…。その頃、親に反抗して寮に帰っていなかった私は、自分のせいで母が間違いを犯したのだと自分を責めました **今は母を反面教師に、子育てを頑張っています。**

ストーカー

長年の仕事のパートナーに部屋を盗聴されてた💧

約8年ほど前に出会って以来、仕事でお世話になってる50代の男性がいた。奥さんも子供もいる人だし、私の旦那さんとも男二人で飲みに行ったりするような関係だったからすっかり信頼してたの。だから私たちが長期外出する時には、合鍵を渡して愛犬のお世話を頼んだこともあった。最近は「Pink ♡ Tiny」を株式会社化するために色々相談に乗ってもらったりもしてた。その日もうちの近所で打ち合わせしていて、帰り際「ちょっとトイレ借りてもいい?」と言われたから家にあげたの。そしたら**リュックを背負ったままトイレに入る**から「なんか変だな」って思ったんだ。その後、トイレを掃除してたら**ペン型の盗聴機**を発見…。さらに調べたら寝室にもあった💧 すぐに通報したかったけど、元警官の友達に聞いたら私の指紋がついちゃってると証拠にならないから、新しい証拠が必要だと言われて…。設置されてたペン型盗聴機は、回収してUSBに繋がないと聴けないタイプのものだったから、**回収しにくる日まで待って証拠を押さえることにした**。数週間後、海外旅行に行く予定だった私たちは、それをその人に伝えてカメラを設置。帰国してカメラを確認したら、案の定その人が写ってた…。**警察に証拠を提出してその人はついに逮捕!!** トラウマになりそうなほどショックだし、仕事のパートナーも失ったけど、こんなことでくじけたくはない!! 応援してくれる旦那さんのためにも、早く立ち直って仕事も頑張ろうと思う。

盗聴・盗撮被害に遭わないための心得


(大城あいさん)

- いかなる時も他人に合鍵を渡さない
- 距離の詰め方が早い人は警戒する
- 仕事で組む相手は周りの評判を調べる

ストーカーになったお店の客に暴力をうける!!

キャバクラのお客さんで、最初からなんか気持ち悪かったんだけど常連だから無下にもできず接客してたらストーカーになった💧 何をされるかわからなかったから人通りがある所しか歩かないようにしたし、防犯カメラがあるとこをあらかじめチェックして通るようにした☺ でも、**ストーキングはどんどんエスカレート**して脅迫電話をかけられた挙句、路上で暴力も振るわれたんだ💧 すぐに病院に行って診断書を出してもらって、録音してた脅迫電話も警察に提出。さらに暴力された瞬間が防犯カメラに映っていたから証拠が揃って逮捕された! むしろ**防犯カメラの前で暴力を振るうタイミングを見計らってた**んだけどね☺ 証拠がないと警察も動いてくれないから、しっかり証拠が揃うまで辛いけど耐えることも大事だと実感したよ。

ストーカー被害を避けるための心得


(黒咲ユウキさん)

- 防犯カメラのある道を通る
- 録音・録画して証拠を掴む
- 自分の身の安全を第一に考える

10分、家を空けたら空き巣被害に遭った💧

高校生のとき一人暮らしてした期間があって、1階奥の部屋を借りて住んでたんだ☺ その日は友達4人と家で遊んでたんだけど、途中、近くのスーパーまでみんなで買い出しに出かけたの。10分程で戻ったにも関わらず、**窓が割られてて、友達の荷物は全部盗まれてた**💧 そのあとすぐに警察を呼んだけど、結局犯人は見つからなかったんだ。でも怖いのが、たった10分くらいしか家を空けてなかったし、電気もテレビもつけたままカーテンと鍵だけ閉めて出かけたのに、どうして誰もいないことが分かったんだろうって… 。むしろ隣の家は留守にしてたらしいのになんでウチだけ!? って思う。居合わせていたらどうなってたのかと思うと怖すぎる💧 もしくは**盗聴されてたか、監視されてたのかも**!? それ以来、1階・2階には住まなくなりました。

空き巣被害を避けるための心得3か条


(RIRI)

- 1階・2階に住むのを避ける
- 家でも無防備に貴重品を置かない
- ダミーでもいいから防犯カメラをつける

「今からお前ん家行くからな」突然の脅迫電話に恐怖!

いきなり知らない男から電話がかかってきて、「今からお前ん家、行くからな。住所はXXXだろ?」って脅迫されました。警察に言っても証拠がないと逮捕できないと言われるし、急いで荷物をまとめて家を出た(涙)。引っ越さなくちゃと思い、家を探している間はずっとホテル暮らし💧 しかも愛犬もいたからペットホテル代もあって、ものすごい痛手だった。監視カメラをつけて家を出たけど、**結局家には誰も来てなくて、誰が仕組んだのかは藪の中**。でも住所を教えてるのって仲良くしてる女友達とかだけだしな…。それ以来、マンションは鍵がないとエレベーターに乗れないくらい**セキュリティがしっかりしてる所にしか住まない**と決めた☺ あとは特別仲のいいコ以外は気軽に家に上げないこと!

嫌がらせ被害を避けるための心得3か条


(今井麻莉江さん)

- 簡単に他人を家に上げないこと
- セキュリティの万全な家を選ぶ
- 他人の恨みを買わないよう慎重に行動する

心の病

夜の仕事で溜まったストレスを甘く見てた💧

夜職で働くこと3年、いろんな**ストレスで不眠気味**になりました。それでも我慢して働いていたら、どんなにお酒を飲んでも寝れなくなって、そのうちにご飯も食べられなくなった…。**眠れないし、食べられない**し、どんどん痩せてやつれて行く自分を、自分ではどうしようもできなくて。一人暮らしできる状況ではなくなったので親に来てもらい、入院して治療した💧

心を病んでしまった時の対処法3か条


(K・Iさん)

- 不眠になったら仕事を頑張らない
- 刺激を避けて静かに生活してみる
- 親に助けを求める

職場でのイジメで鬱と摂食障害に…

大学卒業後、**就職した先でおばさん達のイジメに遭い鬱病と摂食障害を発症**。丸3年は外にも出られない生活を送って来ました💧 その後、反動で無性に人恋しくなってしまい、優しくしてくれる**男性と次から次へと関係を持ってしまうセックス依存症に**。でもその頃、良い精神科の先生と出会って今では通院しながら仕事ができるまでに回復しました☺✧

心を病まないためにできること3か条


(R・Nさん)

- 時には逃げるが勝ちと心得る
- 無理してまで仕事を続けない
- 早めに専門家の力を借りる

仕事のストレスから醜形恐怖症に!!

昔、クレーム処理の仕事をしていた時、**否定の言葉を毎日聞いていたためか、醜形恐怖症になりました**💧「なんで自分はこんなに醜いんだ、そんな自分は生きてちゃいけないのではないか」と考えて、鏡やショーウィンドウに映る自分を見るたびに吐き気や動悸が止まらずパニックに。そのうち仕事の契約期間が切れたので、退社して失業保険をもらいながらゆっくり過ごしていたら、なんとか鏡をチラチラ見られるくらいに回復✧。**言葉の力、言葉の暴力って本当に人を傷つける**のだと実感しました。

醜形恐怖症になった時の対処法


(矢沢なりさん)

- 原因となるストレス源を知る
- 病気なのだと理解すること
- 精神科や心療内科に行く

借金

ギャンブルにハマり消費者金融に手を出し借金まみれに

20代の頃、**パチンコ、競馬、競艇、競輪など一時期ギャンブルにハマりました。** ついにはカジノにまで手を出してしまって、持っていた貯金はおろか当時つきあっていた彼の貯金も使い果たしてしまった💧 それでも飽き足らず、お金が尽きると**消費者金融で多額の借金をしてカジノに行き、しまいには家賃も払えず追い出されて家無しに…**。この失敗を胸に、今では真面目に働いています。

ギャンブルにハマらないための3か条


(伊吹奈々さん)

- ギャンブルで借金してはいけない
- 一発逆転はないと心得る
- 他の趣味を見つける

破産して自殺寸前の父を救ってくれた天使♥

父がギャンブルで闇金に手を出し自己破産💧 毎日催促の電話が来て、家も差し押さえられました。私は家計を支えるために昼はエステティシャン、夜はキャバクラで働くことに。そんな中、母はパチンコ店で知り合った男と浮気して家を出て行きました。家が売られて行き場のない父は橋の下での車生活、妹は彼氏の家に、私はキャバクラのお客さんが紹介してくれた六畳一間の格安物件を借りてそこで生活しました。家族もバラバラになって途方にくれていた頃、父が「お父さんが死んだらお母さんに保険金を渡さないで欲しい」と言ってきたので、まさか自殺する気では!? と焦っていたら、妹が妊娠・出産✧。**初孫が父の自殺を止めてくれました。** 今では中古の一軒家に引っ越すことができ、妹は2人目を出産。父は孫にメロメロです。

一家で破産してしまった時の心得


(A・Fさん)

- 破産しても人生は終わらない
- 命があるだけ丸儲けと考える
- 家族の絆を見直す時

下田美咲の
もういっちょ!
女子力道場
第16回

机上の空論で人生を悟るな!

～悟りという呪い～

「人生なんて」「恋愛なんてこんなもの」という
悟ったフリは人生を停滞させる落とし穴ですよ!

歳を重ねるほどに仕上がっていくのがふてぶてしさと悟りを装った偏見。「物事ってこんなもんだ」と決めつけたら人生そこまで！ 若い思考と広い視野を維持するためにも、うっかり口にしがちな悟りワードをおさらい★

PHOTO_Yoshinobu Bito HAIR_Anri Mitsuishi DESIGN_Ark design
EDIT&TEXT_Hironeko-A

悟り1「"私なんて…"が口ぐせ」

Q. 何をやってもパッとしないからか、「私の人生なんてこんなもんだ」と思うようになってしまいました。周りのコがうらやましいけど、仕方ないかな…って。

A. うまくいかないのは「私なんて」を理由に諦めちゃう生き様のせい！

「私なんて」と悟ってる風の人は**被害者ぶってるだけ**だと思う。人生のほとんどのことを把握して、勝ちルールを知ってる人たちはみんな「私はまだまだこれから！」って言うからね。自分の中で**努力不足やダメなところが浮き彫りになるのが怖いから、人生のせいにしたい**んじゃないかな？ 「私みたいに生まれたらこんな人生しかないんだよ」って諦めて、進まないことを選んでるのは自分なのに。誤解しないでほしいんだけど、**最初から幸せな人なんていない**よ。ごくまれに生まれついての美人や天才もいるけど、出だしなんて基本的にみんな同じ。どれだけ頑張ったかで見た目の評価や稼げるかどうかが変わってくるだけ。本当に**努力と行動の差でしかない**から。貧乏だったり毎日がパッとしなくても「好きなコトをやってるから満足」という生き方なら今のままでもアリだと思うけど、現状に不満を抱えているなら幸せになれるよう、もうちょっと頑張ってみて！

悟り2「"ありのまま"で生きることが大事」

Q. 素の自分を好きになってくれる人と自然に出会えれば…と思ってきたけど来年で40歳。周りに男もいないしグイグイ行って傷つくのも怖いので、もう恋愛はいいかな…と半分諦めてます。

A. 何の代償もナシに手に入る幸せはないよ！

自力で恋愛対象を探して「お願いします！」って言えば恋愛できるかもしれないけど、ムリなら**生涯おひとり様で孤独死する覚悟**を持つしかないよね。確かに恋愛ってフラれたり、ひどいことを言われたりとかで**傷つくリスク**はたくさんある。でも、恋愛に限らず、幸せをつかもうとする時にはどうしても代償はつきもの。積極的に行動をすれば、打ちのめされるようなことも起きたりする。だけど、それらを背負う覚悟さえできれば、**手をつなぐ瞬間の幸せとか、両想いになる瞬間の快感が手に入るかもしれない。**人生はまだまだ長いんだから、もう一度よーく考えて！

悟り3「男は浮気するもの」

Q. 過去の経験から「男は浮気するもんだ」と割り切ってつきあうようになりました。そのほうが結局傷つかないで済むと思うんですよね。

A. 最初から浮気すると決めつけちゃう態度が逆に浮気を促すモトに

恋愛の話以前に「あなたはこう！」と**他人のことを決めつけちゃう姿勢がまず失礼。**「どうせ浮気するでしょ？」という**悟りきった態度**や、**束縛しないのがイイ女と強がる**のも素直じゃないしかわいくないから浮気の可能性を上げると思う。**「あのコを傷つけてまでしたいSEXがあるだろうか…？」**と天秤にかけた時に、傷つけたくないとか失いたくないから男の人も踏みとどまるわけで。「どうせするんでしょ？」と思われてたら「してもいいか」って判断されても仕方ない。最終的にどうするかは相手次第になっちゃうけど、**「したいならすれば」と「してほしくない」は全然違うから！** リスクを下げるためにも希望は素直に伝えるべき。もし過去の浮気の話をするとしても、「相手がどーのこーの」って、決めつけるんじゃなくて、**「私が浮気されちゃう女」**って言ったほうがまだかわいげがあると思うよ！

悟り4「"普通"が一番」

Q. 昔から周りからはみだすことが苦手で、人から「普通はこう」と言われるといつも自分を合わせてしまいます。普通に生きてれば普通に成功して幸せになれるはず…。

A. "普通"というのは割と失敗してるやり方の見本市だから気をつけて！

まず、**成功してる人は「普通は」なんて言わない（笑）。**だって独自のやり方をしてきたから成功してるわけで、普通の方法じゃムリって知ってるから。世の中は大半が凡人で、人生がうまくいってる人なんてほんの一部。**生き方やアドバイスを参考にするなら成功してる人か、その人みたいになりたいって思える人に絞るべき。**それ以外の意見は選んじゃいけない選択肢や失敗例と思ったほうがいい。自分の気持ちと同じくらいアテにも参考にもならないし、なんの信憑性もないからね。そもそもの大前提として、**「普通というのは幸せな状態なんだろうか？」**ってじっくり考えてみて！



偏った意見やサンプルだけで
人生悟っちゃもったいない！

美咲コラム

"悟り"という諦めで守りに入ると人生パッとしなくなる

人の話やネットの情報だけで「○○とはこういうものだ」と悟っちゃう人って、そもそものサンプル数が少なすぎる。悟るならせめて100。可能なら1000くらいの事例を集めてから判断しないと。それだけ数を集めれば視野も狭くならないしね。あと、サンプルが偏ってる可能性もあると思う。例えば才能がない人側の意見ばかり集めてるケース。類は友を呼ぶ的な浮気されるコ同士という狭い輪の中で「男は浮気するもんだ」って話し合って納得しちゃう…みたいな。自分で体験せずに、実話かわからないネットの恋愛コラムやブログを鵜呑みにしちゃうのも視野を狭めるモト。そういうコってグラビア雑誌を見て「女のコとはこう」って夢を膨らませてる男の人と同じくらいリアリティーがないんだよね。傷つきたくなくて、ただ夢を見ていたいだけなら、現実を知る必要なんてない気もする。生きる世界が狭ければ狭いほど、傷つく機会も少なくなるからね。…その分何も手に入らないけど。「こんなもんだ」という悟りで守りに入って一生パッとしないまま生きていくか、傷つく代償を背負って大きな夢を追うか。どっちかですよ、人生は。

プロフィール

下田美咲（しもだ・みさき）／1989年8月15日生まれ。中学時代に世の中と大人に対する理不尽さを感じたことをきっかけに、人生に対する考察を深める。コールの達人、お悩み解決請負人、noteなどのコラムニスト…など、既存の枠だけに収まりきらない進化形ゆとり世代♥

Twitter ♥https:// twitter.com/shimodamisaki
cakesでのコラム
「下田美咲の口説き方」も注目度上昇中♥
♥https://cakes.mu/series/3686

★LINE@始めました

★著書『そうだ、結婚しよう。愛され続ける非常識のススメ』（毎日新聞出版刊）『私に都合のいい人生を作る』（大和書房刊）も好評発売中♥
『人生の作戦会議　なんでも解決しちゃう女、王生際ハナコ』（幻冬舎）も好評発売中♡

雑誌で話題沸騰

デリケートゾーンのBest Partner



ウルラ®ボディソープ
3,000円(税別)

ひとつでも当てはまった方はすぐに対策を！

- ✓普段は気にならないけど、おりもののニオイが…
- □長時間履いた靴、蒸れた足がニオう…
- □お風呂で念入りに洗ってもすぐニオう…
- □汗をかいた後、近づくと嫌がられることがある…
- □生理時など、デリケートゾーンのニオイが気になる…
- □汗をかいた後のお手入れを知りたい…

女性のニオイの悩みで代表的なのは、デリケート部分・ワキ・足と言われており、中でも気になるのがデリケート部分！ このデリケートゾーンに使用できるソープはたくさんあるものの、実は集中的に洗えるソープがほとんどないのが現状です。
そんな悩める女性にぴったりのソープが、こちらのウルラボディソープ。女性に優しい植物成分をふんだんに使用した、まさにデリケートゾーンのベストパートナーなのです。

ニオイの対策は老廃物へのアプローチ！ウルラが提案する無臭生活

考えよう！ニオイの原因

ニオイの元、それは汚れや皮脂、汗などの老廃物です。デリケートゾーンは洗っても表面的な汚れが落ちているだけで、隙間に残っているケースが多い。ニオイ対策にはその隙間汚れも落とすよう、集中的に洗いあげる必要があるのです。さらに間違ったケアがニオイの原因になることがあります。弱酸性のデリケートゾーンをアルカリ性の商品や揮発性の強いエタノール入りの商品で洗うと、肌環境を正常に保ちづらくなります。

他社と比較しよう！自信の植物成分

ウルラボディソープは産婦人科医監修のもとに成分を吟味し、デリケートゾーンに使用厳禁であるエタノール・フェノキシエタノールを排除しました。そして肌に優しい天然成分をたっぷり配合。カモミール、クチナシ、ゲットウと3種の花で保湿・洗浄を行います。その他、肌を整えるカムカム、パパイヤ、カキタンニン、洗浄作用のあるニームなどのエキスも配合しています。

ボディソープ+女性に優しい付加価値

ウルラは高い洗浄機能以外に、ハーブで肌本来のコンディションを補助する機能も備えます。毎日使用することで、デリケートゾーンの黒ずみを肌本来の透明感に近づけます。加えてウルラにはアミノ酸の1つ、アルギニンが含まれており、肌を保湿し清潔に保つリフレッシュ機能があります。その他、肌を滑らかにするパパイヤ果実エキス、皮膚を洗浄するソウハクヒエキスなど、化粧品にも含まれる成分がたっぷり贅沢な仕上がりです。

【使用上の注意等】
開封後は3～4か月を目安に使い切っていただくことをお勧めします。開封後の長期保管後はご使用をお控えください。傷やはれもの、しっしん等、異常のある部位にはお使いにならないでください。乳幼児の手の届かないところに保管してください。極端に高温又は低温の場所、直射日光のあたる場所には保管しないでください。アレルギーテスト済み＊全ての方にアレルギーが起こらないということではありません。　※効能は原材料におけるものであり、ボディソープが保障するものではありません。

発売元：株式会社ＵＬＵＬＡ
http://ululasoap.com/
〒700-0023 岡山県 岡山市北区 駅前町２丁目3-12 4F



小悪魔
ageモも盛れる♡と大絶賛!
特別付録
EYEMAZING
つけまつげ
vol.5
特別編集
GLITTER9月号増刊
小悪魔アゲハ
定価880円
初秋映えファッション特集♥
バズる女は常に旬!
小悪魔
ageha
最新号
好評発売中!


着けておやすみ
美乳が育つ!
販売枚数
3万枚
突破
※2018年7月現在
育乳
ナイトブラ
1着 999円(税込)
7 colors
意外と知らないバストにかかる重力
仰向けに寝ているとき
仰向けになると重力は
真正面からかかるので、バストは
両サイドへ流れます。
両サイドへ流れる!
横向きに寝ているとき
横向きに寝ると、
バストの横から重力が
かかり片側へ流れます。
片側へ流れる!
でも大丈夫!
育乳ナイトブラで
毎晩ケアしていれば
小さな胸は
理想のバストへ育成!
大きな胸は
形を整え美しく!
育乳ナイトブラ
まずはお試し
単品 999円(税別)
本気度高めの方!
一番人気!
3枚セット
2,847円(税別)
一枚あたり 949円
通常価格 2,997円(税別)
1週間使える
7枚セット
5,994円(税別)
一枚あたり 856円
通常価格 6,993円(税別)
dazzy store
No.1ドレス通販 dazzystore.com
デイジーストア ナイトブラ
掲載商品以外も続々入荷中!
お問い合わせ/電話注文ダイヤル
営業時間 | 10:00〜18:00(特別休暇除く)
TEL 03-5422-8818
商品はこちら!
姉ageha限定 ID an7002
送料無料クーポン
育乳ナイトブラを3枚以上のまとめ買いで
540円分の送料が無料になります。
※クーポンご利用有効期限 2018年 9月30日

SNSで人気沸騰！モデルやタレントのお姉さんにも大好評の
美バストメイク術「TCB式アクアバスト」
女性らしさの演出に欠かせないキレイに整った美バストの作り方を、
東京中央美容外科・豊胸症例数No.1
「美バストの魔術師」Dr.井上真梨子がレクチャーします♪



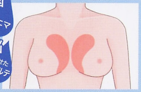
知ってる？

もっとキレイになりたいお姉さん世代に送るお胸のプチ整形♥

TCB 東京中央美容外科

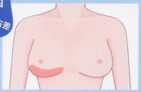
オトナの美バストメイク

こんなお悩みはヒアルロン酸豊胸で解消！



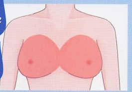
重点的に注入して 好みのデザインへ

理想のバストを形作るのがヒアルロン酸豊胸術の真骨頂！ほんの少しだけデザインを整えるだけで、バストは大きく変わります。内側に注入すればセクシーなタニマが、上部に注入すればそれだけでバストは大きく美しく♥僅かな注入量でも大きく変身できる、お姉さん世代へオススメのバストメイクです✨



片側に注入して 左右差を解消

片方のバストが小さいなら、片方だけ大きくすればいいじゃない。デザイン性の高いヒアルロン酸でサイズを補い、バストの左右差を解消します。熟練のドクターが少量ずつ調整しながら注入するので、キレイな仕上がりはお約束。ヒアルロン酸だからできるバストメイクで、左右差のお悩みをバッチリ解消！



全体に注入して ボリュームアップ

大きいバストがほしいお姉さんのためのド直球注入！乳腺下からバスト全体にヒアルロン酸を行き渡らせ、最大で3カップ程度と、シリコンバッグにも負けないバストアップ効果があります。全体的にボリュームアップすることで、垂れたバストが引き上がってハリも復活。卒乳後のしぼみもこれで解決♥

- 悩 左右差：バストは思いのほか左右非対称。胸元を強調したくてもこれじゃあ辛い●
- 悩 タニマ：美バストの大敵、離れ胸。一度くらいセクシーなタニマを強調してみたい！
- 悩 垂れハリ：20代後半から加齢がはじまるバスト。お姉さん世代の大きな課題！
- 悩 痩せたデコルテ：デコルテは首筋から胸元にかけての部位。ここが貧相だとバストも寂しい●
- 悩 卒乳後しぼみ：ママだってキレイなバストでいたい！卒乳後のしぼみはどうしたらいいの？

まりこ先生のバストアップはココがスゴイ♥

早くて腫れない、お気軽バストメイク✨
お仕事が忙しいお姉さんでも気軽に受けられるプチ豊胸術♥半日もあればキレイで大きいバストになれちゃう✨

モデルにも大人気！みんなが通う安心感✨
お姉さん世代はもちろん、モデルやタレントの女性もたくさん受けているTCB式アクアバスト。インスタでも大人気♥

女性医師による悩みに寄り添った丁寧な施術♥
自身でもキレイを実践するまりこ先生の施術は説得力特大！お姉さんの悩みに寄り添って、一緒にキレイを目指します♥

SNSでも大好評をいただいている「TCB式アクアバスト」は、すべての女性に体験いただきたい、東京中央美容外科が自信をもってお送りする美バストメイク術♥とっても自然な触り心地で、バスト本来のやわらかさを残しつつ理想のカタチを作ることができます♥
今回ご紹介した他にもさまざまなお胸の悩みを解消できますので、ぜひご相談くださいね✨

バストメイクをさらに充実させる 専用ヒアルロン酸✨

PURE FEEL
ピュアフィール

PURE FEELは、ヒアルロン酸豊胸術をお受けいただいた多くの方からのお声、そしてTCBグループの豊富な経験をもとに独自開発したヒアルロン酸です。日本で唯一、TCBグループだけが使用でき、従来品と比べ持続力と保湿力、そして触り心地が格段にアップしています。
ヒアルロン酸同士を結び合わせる特殊技術を用いて2年以上という抜群の持続期間を実現し、さらに一般的なヒアルロン酸よりも小さな粒子を高濃度に圧縮することで、自然なやわらかさとデザイン力を両立しています。
美容クリニックがヒアルロン酸を独自開発するというのは非常に稀なことです。バストアップの豊富な症例数、そして関係機関からの多くのご支持を受けてはじめて実現できた、TCBが誇るオリジナルヒアルロン酸です。





東京中央美容外科 中野院
院長 井上真梨子先生こと
まりこ先生



今大人気の豊胸術TCB式アクアバストを体験したお姉さんに感想を聞いてみたよ♪

TCB式 アクアバスト

TCBグループオリジナルのヒアルロン酸豊胸術。乳腺下にヒアルロン酸を注入し、バストにハリとボリュームを与えます。サイズアップだけでなく、左右差の解消などのバストデザインが可能です。

［ 価 格 ］1ccあたり 830円～6,670円(税込)

［持続期間］1年～2年程度持続 ※個人差があります。

バストがあると人生変わる♥まりこ先生のバストメイクは忙しいお姉さんにも最適!

まりこ先生 東京中央美容外科をご利用いただきありがとうございました♥すっかりヒアルロン酸が馴染んで、自然なバストに仕上がりましたね✨

立花さん はい、仕上がりにはとっても満足していて、大きくて自然なバストのある生活を楽しんでいます♥友達やインスタグラムのフォロワーさんからももう毎日質問攻めで(笑)

まりこ先生 TCB式アクアバストの特徴のひとつとして、ダウンタイム(日常生活に復帰するまでに要する期間)の短さがあります。普段お仕事でお忙しい立花さんでも、無理なくお受けいただけたのではないかと思います。

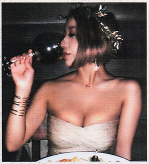
立花さん おかげさまでいろんなお仕事に追われる日々なので、腫れもなく通院もいらないアクアバストはとっても助かりました!頑張って働くお姉さん世代にとっては最適な豊胸術なのかなって思います✨おっぱいのある人生ってほんっっとに楽しい♥



インスタでも人気沸騰!モデル・タレントから支持されるTCB式アクアバスト

立花さん バストをデザインしてもらうのが楽しすぎて、この前さらに追加でヒアルロン酸を入れてもらっちゃいました✨一度良い体験をしちゃうと欲張っちゃって(笑)でもまりこ先生の手術はただ大きくするだけじゃなくて、女性にとって自然でキレイなバストをデザインしてくれるのがとっても嬉しかったな。インスタですごく流行ってるのも、そこが理由なのかなって。

まりこ先生 ただバストを大きくするだけじゃなくて、キレイで整った「女性から見た魅力的なバスト」をデザインするのが、同じ女性である私の役目なんだと思っています。SNSでもたくさんの好評をいただき、大変うれしく思います✨

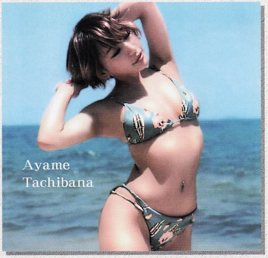


立花さん ホントホント!私の友達もみ～んなまりこ先生のお世話になって、やっぱりキレイな女医さんは違うなって言ってます✨インスタも毎日のようにポストされてて、もう100人超えてるんじゃないですか?それを見るたびに「あぁ、私の受けた豊胸は大正解だったんだな」って(笑)

まりこ先生 SNSなどで嬉しさを発信していただいているのを見ると、私も嬉しくて♥おかげさまで、もしかすると日本で今一番ヒアルロン酸を注入している美容外科医かもしれません(笑)皆様からいただいたお声とこれまでTCBが積んだ経験を糧に、より持続性が高くて自然な触り心地の、バストアップに適したオリジナルヒアルロン酸※を開発することもできました✨

立花さん オリジナルのヒアルロン酸、とっても気になります♥ぜひまたお世話になりたいな、今度はタニマとかハリとか、美容室で髪型を変えるような感覚で!

まりこ先生 ありがとうございます✨ほんの僅かにバストをデザインするだけで、いつもとは違う毎日を送ることができるはずです。またいつでもご来院くださいね♥



今回のお姉さん

マルチタレント・DJ

立花 亜野芽さん

明るく元気なキャラクターでブレイクし、モデルやDJとしてさまざまなメディアで活躍中の、とっても素敵なお姉さんです✨

※ TCBオリジナルヒアルロン酸「PURE FEEL」については右ページをご覧ください。



SNSで大好評!TCB式アクアバストで美バストメイクを体験したお姉さんの声

モデル・YouTuber **サキ吉**さん





お胸の形にコンプレックスがある方にオススメ✨

実はバストの左右差に悩んでいた私💧
これは男の人はわからないと思うけど、多くの女の子が悩んでる問題だと思うんだよね…😔
そんな中、いつもお世話になっているまりこ先生に相談して、ヒアルロン酸を入れてバランスを整えてもらったよ✨
ヒアルロン酸入れるってなると【the!豊胸!すごくお金がかかる!】ってイメージかもしれないけど、サキみたいに大きくせず形を整えるだけなら少量からできるし、お胸の形にコンプレックスがある方に本当にオススメしたい✨



TCB 東京中央美容外科

電話&WEB予約毎日受付中

中野院 0120-755-731

※自由診療となります。※効果には個人差があります。※表示されているメニュー・価格は予告なく変更・終了する場合があります。ご予約時にお問い合わせください。

東京都中野区中野3丁目34-32 凱旋ビル3F
【中野駅南口より徒歩2分】
［診療時間］10:00～19:00・不定休
［URL］aoki-tsuyoshi.com
ご予約の際には「姉agehaを見た」とお伝えください。

TCB公式サイト 24時間予約OK

美に迷えるお姉さん世代をアナタが導いて!

TCB 美容モニターモデル募集中

東京中央美容外科では、美容モニターモデルを募集中!
治療を受ける勇気が出ない、最後の一歩が踏み出せないというお姉さんたちにとって、同じ悩みを解消した症例写真は勇気を分けてくれる重要アイテム!
ご協力いただける場合は、通常よりもお得な特別価格で美容メニューをご案内いたします♪詳しくは、クリニックへお気軽にお問い合わせください。

CLUB CHICK クラブチック

東京・銀座・六本木

トップクラスのお店で、女をアゲて高収入





Gorgeous & Stylish

CLUB GINZA CHICK

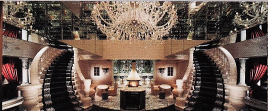


銀座クラブチック

営業時間：19:00~1:00　定休日：土・日・祝

20~29歳の女性が中心の銀座の有名店。ピアノの生演奏が流れる豪華なお店です。
石原さとみさん主演のTVドラマ「ディアシスター」や映画「ナミヤ雑貨店の奇跡」の舞台です。

Le Club de Tokyo



ル・クラブ・ドゥ・トウキョウ（六本木）

営業時間：19:00~1:00　定休日：日・祝

完全会員制で、お客様は財界人が多く落ち着いた雰囲気。
映画「新宿スワンII」や「ハイアンドロー3」の舞台になっています。

CLUB ROPPONGI CHICK



六本木クラブチック

営業時間：19:00~1:00　定休日：日・祝

明るく華やかで、求人応募者も全国から集まり、芸能・スポーツ選手なども来店する有名なお店。ドラマ「ドクターX」の舞台にもなっています。







期間限定

体験入店 時給8,000円全額日払い!

ドレス無料レンタル

面接ボーナス1万円プレゼント!

時給7,500円～20,000円(上限なし)

■ 勤務地:六本木・銀座　■ 資格:18歳以上

■ 募集職種・給与:

❶フロアレディ
時給7,500～20,000円(上限なし)
体入時給8,000円(全額当日払い)

❷エスコートレディ
時給3,000～4,000円

❸カウンターレディ
時給3,500～5,000円

■ 勤務曜日・時間:19:00～1:30(週1、3H以上)

メリットいっぱい!

有名店だからできる安心の待遇

●広い更衣室・女優ミラーとロッカー完備
●帰りは車でご自宅までお送りいたします。
●終電までの勤務もOK!
●1DKマンション完備(敷金礼金無料)
●当社所有のリゾートマンション、会員制リゾートクラブエクシブ(全国)等の別荘利用可能!

お問い合わせ 0120-150-065

チックグループ 求人
www.chick.co.jp/recruit/

姉ageha
お姉さんアゲハ

応募方法

必ず指定の場所に写真を貼り、必要事項を書いて切り取り、封筒に入れて編集部まで送ってください。(コピー可)

〒156-0042
東京都世田谷区羽根木1-21-1　亀甲新は66
medias株式会社
お姉さんアゲハ編集部「読者モデル応募係」

編集部での審査の後、合格者のみご連絡を差し上げます。

読者モデル大募集中♥

24歳以上(上は年齢制限なし)で、事務所未所属の方に限ります。

全身のPHOTO ここ3カ月以内のはっきり写っている写真でお願いします。	顔のPHOTO ここ3カ月以内のはっきり写っている写真でお願いします。

切り取り

※ご応募いただいた個人情報は姉ageha読者モデル候補者として管理させて頂きます。
座談会へのお誘いや、イベントコンパニオン、モニター参加など、雑誌出演以外の案件でご連絡させていただくこともございますので、予めご了承のうえご応募ください。

応募日時

名前　(　歳)　電話番号　2018年　月　日

住所　職業(職種を詳しく)

生年月日　年　月　日　メールアドレス

メスを使う施術　OK・NG

整形モニター　OK・NG　Instagram　Twitter

注射などのプチ整形　OK・NG　趣味・特技

自己PR

最新 エンタメ Entame 虎の巻 Vol.24

若いコとの会話にも困らない

夏真っ盛りのこの時季。暑いのは仕方ないから、割り切って夏らしいことを楽しもう！　今回はお出かけ情報多めでご紹介します♥

EDIT&TEXT_Harumaki Gyozako

EVENT 川越氷川神社 縁むすび風鈴





縁結びの神様として有名な川越氷川神社の夏祭事

川越氷川神社では、2000個以上の風鈴が飾られる回廊が登場する「縁むすび風鈴」が行われているよ♪　涼しげな音色を鳴らす色とりどりの風鈴が並び、見ても聞いても楽しめること間違いなし✧　風鈴回廊もライトアップされ、境内にある川も光る川になったりと夜も21時まで楽しめる★　9/3(月)～9/9(日)はカップル向け「恋はなび」の限定頒布もあるそう♥　●住所／埼玉県川越市宮下町2-11-3

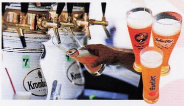
DVD 舞台 おそ松さんon STAGE ～SIX MEN'S FESTIVAL～



パシフィコ横浜で開催のおそ松さんイベント記録版！

3/25(日)に行われた舞台俳優によるトーク・ライブ、オリジナルコントなど内容盛りだくさんのスペシャルイベント「おそ松さんon STAGE～SIX MEN'S FESTIVAL～」のBlu-ray＆DVDが8/10(金)にエイベックス・ピクチャーズから発売されるよ♥

EVENT お台場オクトーバーフェスト 2018



ドイツビールの祭典、オクトーバーフェストがお台場に帰ってくる✧

お台場のシンボルプロムナード公園セントラル広場で、9/28(金)～10/8(月・祝)で行われるよ★　ミュンヘンからのゲストバンドが生歌＆生演奏でライブを行うから外国に来たような気分が味わえるかも　楽しめるビールはなんと70種類！

EVENT 熊野大花火大会



三重県七里御浜海岸の約1万発の花火大会

沖合いに浮かべた鉄骨製イカダに、三尺玉を設置してそのまま爆発させる「三尺玉海上自爆」(上写真)や、世界遺産の鬼ヶ城の岩場に花火玉を置き爆発させる迫力満点の「鬼ヶ城大仕掛け」など、見どころいっぱいの熊野大花火大会　お盆はぜひ見にいこう✧　●開催日時／8/17(金)19:10～21:30

MOVIE 銀魂２ 掟は破るためにこそある



2017年実写邦画No.1の銀魂が帰ってくる！

SF×時代劇×人情×アクション×笑い、天下無敵の痛快アクションエンターテイメント「銀魂」の続編が登場★　万事屋と真選組の熱い友情が描かれている「真選組動乱篇」と出演キャストからも人気の「将軍接待篇」の豪華２本立てだよ♪　●配給／ワーナー・ブラザース映画　●8/17(金)全国ロードショー

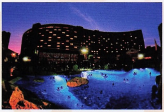
EVENT 三鷹の森ジブリ美術館



三鷹の森ジブリ美術館企画展示「食べるを描く。」

日常を丹念に描くジブリ作品の中でも、特に記憶に残る「食のシーン」のパネルや物語に出てくる実物大キッチンなどが楽しめるよ　入場はチケット予約制で、毎月10日に次の月のチケット予約開始！　ローチケで確保してから遊びに行こう♪　●HP／http://www.ghibli-museum.jp/

EVENT シェラトン・グランデ・トーキョーベイ・ホテル



音楽とお酒を優雅に楽しめるリゾート的空間

大人メインの夜遊びを楽しめる空間として、昼のガーデンプール営業後にナイトプールがオープン　毎週土曜はDJがアップテンポからチルアウトなサウンドまで流しているからムード感アップ★　●時間／18:00～22:00(最終受付21:00)　●期間／8/31(金)まで　●入場料／1ドリンク付き4,000円

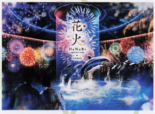
MOVIE インクレディブル・ファミリー



スーパーパワーを持つヒーロー家族の物語

世界を守る戦いとフツーの日常を描いた、驚きと笑いの一家団結アドベンチャー　驚異的なパワーが人々の生活にダメージを与えてしまうこともあるため、政府から家族はその活動を禁じられ、能力を隠して生活していたところに事件が起こる。●配給／ウォルト・ディズニー・ジャパン　●8/1(水)ロードショー

EVENT マクセル アクアパーク品川



花火アクアリウム BY NAKED、9/9(日)まで

最先端技術を使った音・光・映像やアートワークで"縁日"の雰囲気を演出★　ドルフィンパフォーマンス【ナイトver.】ではプロジェクションマッピングで会場全体に打ち上がる鮮やかなデジタル花火とイルカのパフォーマンスの融合が楽しめる　エントランスやカフェバーにも花火の演出有✧　●入場料／大人2,200円

August - September 2018

PRESENT

もうすぐ読書の秋、芸術の秋、食欲の秋…。姉世代はやっぱり美容の秋だよね♥
内から外から360度、美意識を高める必須アイテムをご用意しました♪

応募は コチラから♥

モバイルやパソコンからの応募は、右記QRコードorアドレスからアクセスしてください♪　ハガキでのご応募は希望プレゼント賞品の番号を書いて送ってください。

https://mediasjp.com/oubo/oubo.cgi

締切：2018年10月5日(金)必着

＜個人情報の取り扱いについて＞　プレゼント応募でご記入いただいた個人情報（住所や氏名など）は、当選者へのプレゼント賞品の送付、今後の企画の参考、アンケート依頼の目的にのみ使用させていただきます。

PHOTO_Satoshi Ohmura [No.1]

No.1 1名様

姉agehaブランドモールより

PRADA ショルダーバッグ♥



上品な白が大人かわいい♥
シンプルなレザーバッグ✧

コンパクトなサイズだから、ちょっとしたお出かけにピッタリ♥　ストラップは取り外ししてフォーマルな場面にも😊　109,000円

問姉agehaブランドモール
☎03-6805-1903
http://www.rakuten.co.jp/onesanagehabm/

SIZE



POCKET1



POCKET2



No.3 各1名様

FACEAWARDより

時計♥

沙世もイチオシ♥
山﨑みどりさんデザインの腕時計3色✧

ピュアブリリアンスカットのジルコニアが眩しい✧　牛本革ベルトで、使い心地も◎。コーデのワンポイントに大活躍してくれる♥



シルバー36,000円
イエロー38,000円
ピンク63,500円

問FACEAWARD
http://faceaward.com/

No.2 2名様

クレイツより

ヘアアイロン♥

プロ御用達の本格ヘアアイロンで
極上のツヤカール✧

トップヘアデザイナープロデュースの高機能なコテ♥　髪質に合わせて温度調節が可能。特殊な加工パイプでツヤカールに😊　9,880円

問クレイツ
0120-25-9012
https://createion.jp/





No.5
各1名様

Dr.Ci:Laboより
炭酸マスク♥

忙しい毎日の簡単スペシャルケアでハリ肌を手に入れる♥

キメの細かい泡をお肌にのせて浸透させるだけ♪　奥までしっかり潤うエンリッチリフトうるおい浸透マスク✧　6,200円

問Dr.Ci:Labo
☎0120-371-217
https://www.ci-labo.com/





好きなフルーツや野菜、水分を入れてセット☺ あとはギュッと約10秒押してできあがり✧

No.4
3名様

Vitantonioより
ボトルブレンダー♥

面倒なスムージーも、3STEPでスピーディに作れちゃう♪

作ったボトルでそのまま飲めちゃうから、準備も片付けもカンタン♥　3色のパステルカラーの中から好きな色を選んでね✧　各3,500円

問Vitantonio
☎03-6758-2074　https://www.vitantonio.jp/

No.6
3名様



問enjoueel
http://www.enjoueel.com

enjoueelより
サングラス♥



ゆんころお気に入りブランドの花柄サングラスで紫外線対策♪

フレームに花柄が入ったラウンド型のサングラス✧　パーツのゴールドが、オシャレ度をワンランク上げてくれる♥　3,519円

Ravijourより
ルームウェア♥

No.7
1名様



光沢感が可憐でセクシーなレーストリムワンピース♥

胸元のレースがセクシーな黒ワンピースは女らしさを格上げ✧　伸縮性のある柔らかな肌触りで、リラックスして熟睡できる♥　5,990円

問Ravijour
☎03-4330-0336
https://www.ravijour.com/

No.8
セットで2名様





kissより
眉マスカラ♥

No.9
10名様

バーガンディで秋に衣替え♥
キス アイブロウマスカラC✧

さりげない赤みでニュアンスチェンジ♥　デザイニングブラシだから地肌につかず自然に垢抜けfaceのできあがり✧　1,000円

問KISSME（伊勢半）
☎03-3262-3123
https://www.kiss-cosmetics.com/

問DAZZSHOP
☎0120-952-438
https://www.dazzshop.com

DAZZSHOPより
新作コスメセット♥

秋らしいボルドーのキラキラジェムとパール入りのブラウンリップ♪

繊細なパールと濡れ感でトレンドfaceになれるシャドーと、落ち着いた色味の中に多色のパールがかわいいリップ♥　（右）2,500円/（左）3,000円

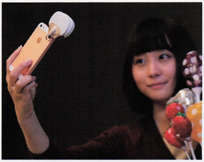
INFORMATION

旬のニュースやトピックをもれなくキャッチ★

今月号はお姉さん世代のライフスタイルをより快適にしてくれる高機能製品が盛りだくさん！ 1つでも取り入れたら昨日までの暮らしよりグッと便利になるかもしれません♪

01

SNS世代の女のコたちの必須アイテム！外付けライト「ピカシェル」でインスタ映えする写真をゲット♥





ピカシェル使用　ピカシェル未使用

いつでもどこでもチャンスがあれば映え写真を撮ってSNSにアップしたい！ でも人と同じ写真も嫌だから、なんとか差をつけたい！ そんなSNS世代にじわじわ流行っているのがiPhone専用スマートフォンライト「ピカシェル」！ 自然光みたいに柔らかい光がつくので自然に盛れる♥ 色彩が鮮やかに、お肌をよりキレイに写してくれるよ😊 コンパクトでかわいいシェルのデザインで取り付けもスマホ本体に挟むだけ！ しかもiPhoneとのBluetooth通信なので、iPhoneに挟んでも、離してでも使える優れもの♪ 今までの外付けライトにはなかった手軽さと映りで、SNSライフをワンランクアップさせよう😊

㈲ジョインプランニング
https://www.pica-shell.com/
☎045-530-4024

02

毎日の洗顔、化粧水、乳液の効果を高めるスキンケア オゾン水生成器で美肌を手に入れる♪



安全かつ高い殺菌力を誇ると言われるオゾン水。抗菌作用だけでなく、肌細胞が活性化され、生体内抗酸化作用が高まり、誰もがそのぷるツヤ効果を体感できる美容機器が誕生！ ホームケア用オゾン水生成器「IN PURE（インピュア）」は国際特許を活用した世界初のオゾン水美容家電！ 専用水「ヴァージンウォーター」（別売り）を入れてスイッチを押せば30秒でオゾン水のできあがり♪ いつものクレンジングの後に余分な分泌物をふき取るだけで、肌トラブルが解決し、その後のお手入れがぐっと簡単に！

㈲デザイアン　☎03-6264-5881
http://www.de-zion.com/

03

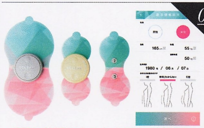


ヘアセットとメイクの確かな技術で好評の「ハナココ」から新業態の店舗がオープン！

茨城の読者から熱い支持を得るヘアメイク専門店「ハナココ」がビューティスタジオ「hanaCoco+plus（ハナココプラス）」をオープン！ 脱毛しながら小顔パックや歯のホワイトニングも同時にできるから忙しい女性にもオススメ♪ 大切なお出かけ前の駆け込み寺的な存在です♥

㈲hanaCoco＋plus店　☎029-297-8755
hanaCoco本店（ヘアメイク）　☎029-291-5388
http://hanacoco123.com

04



手軽に筋活できると人気のEMS♥ せっかく使うなら気分があがるグラデカラーがオススメ♪

気になる部分に貼るだけで細くしなやかな身体をつくるEMS機器「エクリア リーンアップ」は、アプリと連動して性別・身長・体重・お腹のカタチから自分に合った周波数を自動設定してくれる♪ ピンクとグリーンのグラデーションカラーがかわいいから使いたくなる♥

㈲エクリアPR事務局　☎03-6825-3020

05

化粧品のスペシャリストが解説するコスメ・サプリを賢く生かす美肌メソッド！



「キレイになる秘密はコスメやサプリの"ウラ"に隠されている！」の語り口から始まる、美肌のメソッドが詰め込まれた単行本。化粧品成分上級スペシャリストの著者が語る方法論は目からウロコ、明日からの化粧品選びが変わるハズ！ 本体価格1,300円

㈲UTP
☎03-3666-8882

06

おふとんで有名な東京西川が作った高機能タオルが新発売♪





部屋干ししてるコも多いと思うけど、雑菌臭や乾きづらいなど悩みが山積み。東京西川が発売する、抗菌・防臭力に優れた「はれやかタオル」と速乾性・吸水性に優れた「まろやかタオル」を使えば、部屋干しの悩みを解消できること間違いなし😊 バスタオルは3,500円♪

㈲東京西川（西川産業）
☎03-3664-3964（受付時間：平日10:00-17:00）
https://www.nishikawasangyo.co.jp

07



清潔感を重視する現代人のマストアイテム 製薬会社初の薬用イオン歯みがき&洗口液

誰かと話す時に口臭が気になった経験、ありませんか？ 口臭を元から除去する薬用イオン歯みがき&洗口液「ブレスラボ」は、製薬会社発の新ブランドだからその効果は期待大！ 口臭予防に効果的な薬用成分を厳選した「ブレスラボ」で、接近戦も怖くない!?

㈲第一三共ヘルスケア　お客様相談室
☎0120-337-336　受付時間：9:00-17:00（土日祝除く）

08

美味しくオシャレにカラダづくり♪ BOSTY×然sabiコラボメニュー登場



BOSTY

囲炉裏を用いた独創的な創作料理が味わえる元麻布「然sabi」が、多くのモデルに支持されているボディメイク専門会員制パーソナルトレーニングジム「BOSTY」とのコラボメニューを発表！ おいしくて高タンパク低カロリーだからカラダづくりを目指す全てのコにオススメ♥

㈲然sabi　☎03-6721-9604
㈰東京都港区元麻布2-1-17 モダンフォルム元麻布3F

MAD TUKCLE

地獄のゲスロード

遠回しにケンカを売られたり、冗談交じりでディスられたり…。テクニカルな精神攻撃を食らっているあなた！　相手に悪気があってもなくても、「ムカつく！」と思った気持ちはダイナマイト!!　愛と憎しみの砂漠で揺れるモヤモヤハートを粉砕したいんだろ？　たかこが相談に乗るぜ！

不定期連載　たかこの部屋　Vol.8



合言葉は“潰せ”。平成末期のマウンティングバトルをスルーせよ！

(自称)スーパーモデル(推定36歳／北京市？)独身・子供なし
白鳥たかこさん

Who is TAKACO？

中国・北京市在住の毒舌スーパーモデル。「VO×UE・北京版」をはじめ、世界中の有名ファッション誌を席巻。仕事のジャンルは幅広く、最近では『姝ageha』モデル「さくらこ」(桜井莉菜)のインスタライブにも出演。多くの噂が飛び交うが、その実態は謎に包まれている。

Instagram ID：takacosama

TAKACO'S パパラッチ★

たかこ熱愛発覚!?　熱烈ファンとの密会デートをスクープ撮！

7月某日、某交流サイトから、たかこと男が密着しているプライベート画像が流出。話題になっているのは、たかこの若い頃の姿と思われし1枚。ポージングを決めた腕の間からのぞくセンター分けの男に一部では「熱愛ではなく心霊写真では…!?」との声も。本人に直撃すると「たかこが美しいんだから仕方なくな〜い？」とのこと。現世とあの世を超えたファン交流はたかこにとって当たり前のようだ…。



「霊？　知らな〜い。ファンが勝手に寄ってきちゃうだけ。みんなシャイなの。だから毎回手とか顔の一部しか写らないし。奥ゆかしいからあえて許してるんだけどね〜★」(たかこ談)

編集部(以下、編)　あ、たかこさまお疲れさまです！　先に集合場所にいらしてたんですね。気がつかなくてすいません!!

たかこ(以下、た)　アァ!?(怒)、**街頭で気づかないほどたかこの存在感が薄い**と言いたいのか!?　世界のスーパーモデルさまだぞ!?　ケンカ売る気なら**全力で潰すぞ!?**

編　め、滅相もない！　言い方が悪かったですね。私が先に到着しているべきなのに、気遣いが足りなくてすいません!!

た　あー…そっちね。じゃあいいわ。カン違いしてごめん。

編　えっ、たかこさまの生謝罪が聞けるなんて…!!

た　あのねぇ…(ため息)。たかこだって悪いと思ったら謝るわ。悪いとわかって謝らないのは、ひき逃げや悪質タックルと同じだろ！　**「うっかり★」とか「ワザとじゃないんで♡」って言うやつほど大体確信犯!!　「あ、気づかなかった〜♡」というヤツも悪質タックル感全開！**　ゲスなの？　バカなの？　本人不在の場所で「私が悪くて〜」と謝ったフリするヤツもF×CK！　相手の前に**顔を出さない謝罪なんてないだろ!!**

編　悪意があるか、地雷を踏んでることに気づいてないバカかの二択か…。しかし、結構食らってるんですね。

た　人気者の宿命よね(ため息)。でもどっちもかわいそうなヤツなのよ。**人に対する思いやりも、「これやったら相手がイヤな気持ちになる」っていう想像力のカケラもない**んだから。

編　ケンカを売ってる自覚がないんですかねぇ…？

た　自覚がないやつは本当に重症。無意識っぽいからこそ、やられたほうも注意しにくいから本人も気づけない。1回ならギリセーフでも、何度も同じことをされると仲間内でも「空気の読めない当たり屋キャラ」認定されて、友達もどんどん離れてく。つまり、**悪質タックル行為は自爆テロと同じ**なのよ！

編　確かに。悪気がないって許す理由にならないですね。

た　悪気があるヤツはもっと悪質。特に**女のマウンティングの世界じゃ遠回しにケンカ売るやつが多い。男が絡むと特に！**

編　え、怖そう…。たかこさまは日常茶飯事では？

た　そういう場には行かな〜い★　たかこが「色白だよね♡」と言われれば「中身は腹黒だよ〜」とか、「華奢だよね」と言われれば「その分、顔がデカく見えるよね」とか。男に褒められる度にマウンティング女がタックルで潰しにくるから。

編　えげつない…。そういう時って怒るんですか？

た　ブチッときてカウンターをかますこともあったけど、小さいヤツを相手にしても自分のレベルを下げるだけと気づいたの。ほら、**噛みついてきたアリを全力で潰しにいくのって大人げないでしょ？**　軽く払うだけのほうが優雅。それと同じ。

編　…(汗)。今まではケンカを売られた話ですが、たかこさまからケンカを仕掛けることってあるんですか？

た　しない。もうやりたくない。だから、**ゲスなフィールドからは退場したの**。嫌いってことをわかりやすく態度には出すけど。

編　そ、それもどうなんですか？

た　忘れたの？　たかこはカメレオンなのよ。TPOに合わせて**好きなフリをするのもすごく得意**だから大丈夫★

たかこの相談部屋♡



相談者　バイエルンさん（38歳）

Q. 出産してお尻が大きくなったのですが、女としてヤバいですか？　愛のスパンキングお待ちしてます♡

A.尻を磨いて出直してこい！

尻も人間も見た目より中身。そして形。小さなことばかり言ってるとケツの穴まで小さくなるわよ！　寝る前の歯磨き尻磨きでビシバシしごけ。スパンキングはお金の交渉次第よ♡

PHOTO_Satoshi Omura　STYLING&HAIR&MAKE-UP_Takaco Shiratori
THANKS_Anri Mitsuishi　DESIGN_Atsuko Furukawa　EDIT&TEXT_Hironeko-A

アラサーからでも目指せる！ バズれる!! 人気者になれる!!!
話題のライブ配信アプリ17 Liveで目指せ次世代のインフルエンサー★

第3回

盛れる配信動画を録る方法★

イチナナライバー 17 LIVER さやねえの トップライバーへの道

日常でも配信でもめっちゃ気分が上がるのは「かわいいね♡」というほめ言葉★　ということで今回は「もっと配信のモチベーションを上げたい」という人のために、世界で4000万人以上の登録者の中でもひときわ注目を集めるトップライバー・さやねえの盛りテクを紹介していきます♪

PHOTO_Yoshinobu Bito　HAIR_Chiharu Koya　DESIGN_Asami Imamura(ATOM☆STUDIO)　EDIT&TEXT_Hironeko-A

『17 Live』とは!?

世界で4000万人以上の登録者を抱える台湾発のライブ配信アプリ。配信者は“17 LIVER”としてリアルタイムに動画を配信、世界中の人とつながれる。日本には2017年に上陸。新ジャンルのインフルエンサーを生む次世代のアプリとして着々とユーザーを増やしている。

初公開! さやねえの配信フォーメーション





LEDライトがあると劇的に盛れる！

YouTuberにも人気のUTEBITビデオライト LED204球はamazonで3,000円くらい。めっちゃ盛れるから自撮りにも使ってる♪



自撮り用ライトでキラキラの瞳に★

スマホに直接装着するタイプ。目の中に光が入るから、ちょっとした表情もよりかわいく見える♡



さやねえPROFILE★

宮城県出身、7/17生まれ。中国語と韓国語が話せるトリリンガル。韓国ブランドjolieeeのバイヤー、モデル業のほか、『17 Live』のトップライバーとしても活躍していた。2017年2月に台湾で行われた世界大会では名だたる海外のライバーを押さえ2位にランクイン。『Instagram』や動画アプリ『Tik Tok』といったSNSでも多数のフォロワーを抱えている。

Twitter：@kiki_aya_fn
Instagram ID：_maria.holic_

おでかけ配信の時はこんな感じ



ギャル、アイドル風、年齢層が高めの人など17 LIVERの層ってかなり幅広いんです。でも全ライバーに共通するのは、盛れてたほうが人気が取りやすいってこと♡

ランキング上位に多いのは、キレイなだけじゃなくて、リアクションや盛り上げ方も上手な方。

もちろん私も日々研究の嵐ですよ。今回はその研究の中で見えてきた、盛れる配信動画を録るコツをお伝えします♡

一番大事なのは光。イチナナは美肌フィルターがついてるのである程度肌がキレイに見えるんですけど、ライトは絶対にマスト。あるのとないのじゃ本当〜に質感が違うんです!!

ライトを準備するのが難しい人は、外に出て日光を利用するのがオススメ。すべての動画系に言えるんですけど、外の光が一番盛れるんですよ! ベランダでもいいですし、自撮り棒をもっておでかけ配信するのも新鮮だし盛れるしで、オーディエンスの方に楽しんでもらえると思います☆

光をしっかり当てる分、うまく調整していきたいのがメイクの濃さ。平常時よりも「うわ濃い!」ってくらいのほうが配信ではばっちり盛れます(笑)。

私が一番意識してるのは血色感のコントロール。画面越しだとコントラストや微妙なニュアンスが強調されやすいので、肌と同化しにくい赤みの強いコスメを使ってメリハリを出してます。

目元はアイメイクよりもまゆげをしっかり描いた方がデカ目に見えるし、目力が増すと思います。カラコン選びも重要。一番目がハッキリするのは、暗めの茶系やフチありといったいわゆる黒目がデカく盛れるタイプ。いわゆるハーフ系カラコンは老けて見えやすいので、私はあまり使いません。

もしかわいいの基準に迷ったら、コメントで聞くのも大いにアリ♡　みんなやさしいので親身にアドバイスしてくれますし、そのままファンになってくれたりもしますからね。

あとは明るい雰囲気と笑顔で配信できればカンペキですね。笑顔が苦手な人は手を振ってみたり、声のトーンを高めに変えてみるだけでも、よりかわいく見えると思いますよ☆

ONE POINT 配信メイクは血色感のコントロールがキモ！



ライトで飛ぶから濃いめくらいがちょうどいい！　赤みの強いコスメで血色感を強調すると肌もキレイに見えていい感じに映る♪

血色作りに便利な配信用神コスメ★



A.バラ色のKATE3DコントラスティングチークスRD-2は肌の白さを強調してくれる★　B.キャンメイク リップ&チーク ジェル02は安いのに使い心地がいい！　C.ラビオッテ ワイン・リップ・ティントOR01。オレンジだけど肌の色をめっちゃ明るく見せてくれる。　D.e.l.f.リップバームティントのグレープフルーツはちゅるんとすっぴん風に仕上がる。E.エテュセリップカラーNRD2はほんのりとした発色でFに重ねるとツヤッとする。F.リップにもチークにも使えるベネフィットのベネティントはクリアな血色感がキレイ。



イチナナ配信“NG”ルール!

知らない人を映しちゃダメ！



人に迷惑をかけないことも大事なマナー。ベテランのオーディエンスの方は「映しちゃダメだよ」と教えてくれますが、トップライバーを目指すならきちんと気を配りたい部分ですよね。おでかけ配信時は人が少ない場所で、背後に気をつけながら録るようにしましょう。

過剰な肌の露出はNG！



イチナナの場合、胸の谷間をがっつり見せるのは配信NGなのでご注意を。ギリ行けるとしても、胸の谷間が見えるか見えないかぐらいまで。なので肌見せする時は胸元以外の部分をほどほどに。脚はがっつり出してもOKだから美脚アングルを研究しておくのも手。

人を不快にさせる内容も×！



イチナナはもちろん他のSNSでもやっちゃダメ！　誹謗中傷やエログロをはじめ、オーディエンスの方が嫌な気分になると思われるものは全部×と思うべき。迷惑とまではいかなくても、ネガティブな配信はファン離れの元に。楽しんでもらえる内容を意識しましょう。

著作権を侵害するものはダメ！



カラオケボックスの音源使用は著作権侵害になるのでNG。同様にテレビや雑誌、YouTube、マンガといったメディアの情報を見せるのもやめましょう。小ネタを出すなら自分のオリジナルで勝負できるもので。アカペラや楽器の生演奏、似顔絵なら大丈夫です★

配信で盛るためのポイントはこの5つ！

- ☑ ライトや光にこだわる
- ☑ カメラは目線より上に配置
- ☑ メイクは普段よりも濃く！
- ☑ 笑顔で明るい雰囲気を出す
- ☑ 背景の映り込みに気をつける





Contents

Part.1 【新連載!】青木りえの婚活けもの道
Part.2 「そのカラコンどこのですか？」
Part.3 姉街ック天国★ ～名古屋編～
Part.4 様々なボーダーラインを決める会♥
Part.5 読者参加型企画Anestagram♥
Part.6 溶ける糸で重力と年齢を目くらまし

知らないよりも知っておいたらちょっとイイコトがあるかもしれません。

お姉さん新聞

2018 August 発行

前代未聞に暑い日が続いてますが、夏のイベント楽しんでますか？　婚活のモチベーションをアップして自分の行動を見つめ直したら、カラコンとリフトアップで見た目を整えて、街に繰り出して運命の出会いを見つけましょ♪

PHOTO_Nobuyuki Sasaki HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto
DESIGN_Ayaka Kondo EDIT_Marika Koizumi
TEXT_Fumie Goto MODEL_Sayaka Araki

実録！婚活ドキュメント

出会って、恋して、結婚したい♥ それって贅沢ですか!?

青木りえの婚活けもの道

Part.1 新連載♥



広島の看護学生
33歳・独身・彼氏ナシ！
青木りえさん

DESIGN_Ayako Kondo
EDIT&TEXT_Midori Sasaki

彼氏いない歴3年。気づけばゾロ目の33歳…。恋愛氷河期まっただ中のお姉さん、青木りえの恋活・婚活を追う実録ドキュメントがスタート!! 結果には必ず原因があるはず、ということで初回はこれまでの恋愛遍歴をプレイバック。メス力ブロガー・メリ先生のアドバイスつきでお届けします♥

連載第1回

なんで？ どうして？ こうなった？
恋愛傾向を見直すための

男すごろく編♥

スタート

恋愛経験は意外と控えめトータル7人♥

1985年4月18日、広島県にて青木家の次女として誕生。すくすく育つ。B型。

恋に恋するゾーン

1人目の男

いつもニコニコマルコメくん♪

幼稚園が一緒だった初恋のフミヤくん♥

幼稚園から小学校3年生まで好きだったコ♥ なんで好きになったのかな？ 近所だったからかな。お地蔵さんみたいなルックスでいつもニコニコしているようなかわいいコだった。

特徴
- 同い年のご近所さん
- いつもニコニコ♪
- お地蔵さんみたい

メリ先生から一言♡

女性は幼少期の親との関係がその後の恋愛観に影響するけど、男性は初恋がその後の恋愛のベースになったり性癖になるんだよね

サッカーボール蹴つまずき事件で心が離れる…

生まれて初めて救急車に乗ったよー♥

小3の頃、校庭で遊んでいたとき、フミヤくんがふざけて投げたサッカーボールに蹴つまずいてアゴを3cm縫う大ケガ！ それで彼のことも嫌いになっちゃったの 多分痛かったんだろうね

サッカーボール事件のあとジャニーズに目覚めてタッキーひと筋♥ 小学生男子になんて興味ない！ みたいな

タッキーが好き過ぎて1回休み

恋愛分析してくれたのはこの先生



メス力ブロガー
神崎メリさん

"恋愛→結婚→幸せな家庭"を叶えるためのメソッドを『ど本命理論』として確立。女のコに役立つ、男心と恋愛のハナシをLINE公式ブログとInstagramにて発信中♥

2人目の男

その後、暴走族の頭になった彼♪

ウエンツ似の金髪・他中のヤンキーKくん♥

Kくんはタメで、中1のときに地元つながりで知り合ったやんちゃな感じのコ。周りの友達にそそのかされて自分から告白した 当時の広島は日本有数のヤンキー産地だったから、そういう感じのコにときめいてた♥

特徴
- ハーフみたいな顔
- 私には優しかった♥
- 自転車登校するワル★

メリ先生から一言♡

余談だけど、元ヤンの方ってどんなにイケメンでも、アラサーを過ぎるとブラックマヨネーズの小杉さん風になる…。不思議だね

私から告白して私から別れた 彼氏ができたことで満足！

彼氏よりも女のコと遊びたくなったの♥

駄菓子屋さんまで自転車で行って、公園でお菓子を食べるのがデートだったよ♥ 交際期間は夏休みの1カ月のみ。"つきあう"っていうことをしてみたかっただけだから、目的は達成できた、みたいな

早く恋をするため3コマ進む

青春プチアゲゾーン

中学から私立の女子校に進学したから周りはみんな女のコ。女子の世界が楽しくて毎日キャッキャ暮らしてた♥

3人目の男

親しみやすくていい人だったよ★

近所に住む三代目JSBっぽい大学生のMくん♥

高3の秋かな。初めてちゃんとつきあった1コ上の大学生♥ 塾帰りに家の近くで道を聞かれたのが出会い。早い話がナンパだよね。今だったら完全に不審者扱いだけど当時は純粋だったから（笑）。

特徴
- 身長180cmくらい
- 見た目黒いゴリゴリ系
- でもいじられキャラ♥

家族みんなの後押しでMくんと交際がスタート！

最初は特に好きじゃなかった。徐々に♪

実は近所に住んでいたMくん。仲良くなった後も、特別な感情はなかったけど、お姉ちゃんやお母さんに話したら、「あのコ、いいじゃん！」とみんな大絶賛。「いいんだ」と思ってつきあうことにしたよ

教えて！メリ先生

私の何がいけないの!?



名家の嫁に求められるものは恋愛感情より覚悟！

りえ 私の恋愛遍歴どうでした？ 今後のためにズバッと正直に言って欲しい！

メリ りえちゃんは、見た目か羽振りがいい人に、つい流されやすいタイプだね。流されやすいといつまでも男を見る目が養われにくいよ！

りえ そうかもしれない 私的には6人目の御曹司が一番結婚したかった人だなぁ…。

メリ キビしい意見だけど、彼は結婚する気はなかったと思う。名家にとっての嫁って、恋愛感情より、自分の人生を家の繁栄に捧げる覚悟を求められるの。姑の言うことは100%絶対！ それがりえちゃんに務まるのか？ 早い段階で彼には見抜かれてたはずよ。

りえ 確かにそうかも。ちなみに私、つきあうと長いんだけど結局別れてる。なんで上手くいかないんだろう？

メリ もしかしたら馴れてくると、悪い意味で素を出し過ぎちゃうのかな？ ネガティブな部分や感情的なところをコントロールできるようになると、次は結婚に進むと思うよ。

りえ マメな相手に口説かれると弱いんだけど、それってヤバイかな？

メリ それ自体は悪いことじゃないよ。ただ、相手が本気なのか？ ゲーム感覚なのか？ 誠実さをしっかり見極められるようにならないと、女のコは悲しい思いをしちゃうよね。

要似とご飯へ。元々好みのタイプだから、「好き」とか言われたら、そりゃあ好きになっちゃうよね。で、乗り換え😈

メリ先生から一言♡



ネガティブ発言って聞かせられる相手の元気までそげずるよね💧　女のコで彼氏相手に愚痴ばっかり言ってるコ、同じく要注意だよ！

4人目の男

後に美容師になった要潤似のイケメン。美容師の卵♥



爽やかさも含めてどタイプな男！

20歳。Mくんが友達とのつきあいで忙しかった頃、第4の男・要潤似が登場。Mくんには要似に「遊ぼう」と誘われていることは報告してた。でも、「いいよ、りえも遊んできなよ！」って言われたの😈

特徴
- 同い年の20歳
- 清潔感あるイケメン✧
- おしゃれ系男子★

メリ先生から一言♡



りえちゃんの恋愛で、Mくんが一番結婚相手に適してたと思う！平和な日常のありがたみって、子供を持つと痛感することになるよ♥

彼との関係は山も谷もなく平和そのもの。恋愛が受験の妨げになったりすることもなく志望校にも合格できた✧

デートのたび、彼の愚痴を聞くうちに気持ちが冷める💧

要似とつきあい始めて1年半ほど経過。美容師になってからの彼は、「仕事がキツイ、辞めたい」とか愚痴が増えてきて、だんだん病んできた。デートが弱音と愚痴を聞く会みたいになって、私まで病みそう💧



病みが伝染
1回休み★

5人目の男

よく言えばダルビッシュ パッと見は羽賀研二な飲食店オーナー★



安心はくれない！お金持ちイケメン

22、23歳くらい。友達つながりで知り合った彼は、飲食店をいろいろ経営している4コ上で、ネオン街の有名人だった。当時は夜のバイトをしてたけど、彼からお店を紹介してもらったりもしたよね★

特徴
- 経営者でお金持ち★
- めちゃくちゃモテる😈
- 大体毎日朝8時に帰宅

同棲の沼ゾーン

口説かれ期間は1カ月。運転手つきの車で学校やバイト先に迎えに来てくれたりめっちゃマメ。ぽわ～んとした♥

仕事集中につき
3回休み★

私がねだって婚約指輪をもらったけど、結局…。



結婚を意識したつきあいだったけど、今思えば彼はそこまで結婚に積極的じゃなかったかも。婚約指輪も「くれくれ」言ってもらったけど、結局、彼の両親には最後まで会わせてもらえなかったなあ💧

6人目の男

代々の稼業がある名家の御曹司。人生最愛の男！



できればこの彼と結婚したかった！

羽賀研二似と別れたあと3年の空白を経てできた久々彼氏。27歳直前くらいから29歳までつきあった。ホテルのフレンチとか良いお店にも連れて行ってくれた。話が合って面白くて大好きだったよ♥

特徴
- ハイクラスなデート✧
- ほっこり＆癒し系😈
- 話していて飽きない♥

浮気されてどん底に。疑心暗鬼でのたうち回る…💧



つきあってわりとすぐに同棲スタート。最初は料理や家事が楽しかったな。でも、平和な期間は8カ月ほど…。その後は浮気発覚→大ゲンカ→猜疑心→第2の浮気発覚→破局と一直線。別れた後は仕事に没頭！

メリ先生から一言♡



彼は結婚と恋愛をはっきりと区別する人。それは背負ってるものに責任があるからだよね。この恋、彼にとっても素敵な思い出だと思う。

メリ先生から一言♡



羽振りがいい男って金の力で人を支配できると見下す傾向あり。フタを開ければ詐欺師タイプの超おクズ様が多いから要注意だよ！

以来、男性との真剣なおつきあいが激減。つきあっても好きになれなくて1カ月で終わることも…。どうした私!?

結婚ギラギラゾーン

絶望!!
7コマもどる

7人目の男

人生蹴つまずくことになるトラウマの年下経営者💧



薄い存在感、何もかもがうす～い！

29歳。御曹司との結婚話がちっとも進まなくて悩んでるとき、バーで知り合った2コ下の人。婚約中の彼がいるとは伝えたけど、「えー、ごはんくらいイイじゃん」みたいな感じで、心のすきまにスルリと💧

特徴
- 顔が野菜っぽい！
- 口がやたら上手い！
- 実は彼女がいた💧

一大決心でつきあったのにとんだ貧乏くじだった💧

御曹司との関係に踏ん切りをつけて、年下経営者とつきあいだすも、なんと彼女がいることが発覚。私と上手くいったら別れるつもりだったとかどうとか、どうでもいい！ 二股がショック過ぎて寝込む💧



悩みまくって
1コマもどる

そして現在!!



メリ先生から一言♡



結婚にあせるとおクズ様をつかみがち💧　この男はそうやって心のすきまに入り込んでは遊び歩いてるタイプ。みんなも気をつけて！



次号より本格始動!!

婚活実践編スタート♡

りえちゃんに試して欲しい婚活法、レポートして欲しい出会いスポットなどなど婚活＆恋活に関わるリクエスト大募集中です!!

女友達と恋活していると傷の舐め合いで終わる！

りえ　相手の誠実さを見極めるにはどうしたらいいの？ 男の人って最初はすごく優しかったりするじゃない？

メリ　最初の3カ月は体の関係を持たないこと。それだけで遊び人はだいたい去る✧。

りえ　そこで判断できるならわかりやすい。そうする！とか言ってもそも好きな人が現れないって話なんだけどね。ここはひとつ、出会いを求めていろんなところへ行ったほうがいいのかな？

メリ　そうだね！ そのとき気をつけたほうがいいことを教えておくよ。まず、「交友関係の外で探す」こと。それと、「お馴染みの女友達と男を探しに行かない」こと。大体、傷の舐め合い＆男バッシングで終わるからね。あと、むか～しの男友達に連絡とってみるのもいいよ。いい男に成長していたりするからオススメ♪

りえ　なるほどね！

メリ　結婚相手を探そうとして男性を見ると、肩書きとか欠点ばかり目について、全然ときめきが感じられなくて、苦しくなりがち。そういうときは肩の力を抜いて、「相手の人間性を知りたい」という気持ちで、話をしたり遊んでみてね♥

りえ　ありがとう！ その気持ちで頑張ってみる♥

10年前から今に至るまでもっとも多く聞かれること!!

「そのカラコンどこのですか?」にお答え大会♥

Part.2 カラコンはもはや瞳の一部♥

編集部への問い合わせやSNSで、圧倒的によく聞かれるのが「そのカラコンどこのですか?」✧ そこで、姉agehaの過去写真の中から、実際に問い合わせがあったものをピックアップ！ 今のカラコンに飽きた方、より盛れるカラコンをお探しの方は要チェック♥

※各カラコンのデータは編集部が調べたものです。実際のデータとは異なる場合がございますのでご了承ください。

DESIGN_Ayako Kondo EDIT&TEXT_Anna Kuriyama

No.1 アイメイク モイストリッチUV ワンデー リッチブラウン

おすすめポイント ちゅるんとして見えてかわいい雰囲気だけど、透け感があるから子供っぽくはならないよ♡ 三白眼な沙世の目にちょうどいいサイズ♥

データ 1日使い捨て / 14.5mm / 1箱10枚入り ¥1,650

ステータス 甘さ ★★★★☆ / 大人度 ★★★☆☆ / デカ目度 ★★★☆☆



2017年7月号P92 早川沙世

フチの透け感がまるでレースみたいでキレイ✧

No.2 ビクトリアガーデン チョコレート

おすすめポイント もともとの黒目よりも明るいブラウンで、つけると瞳の中にお花が咲いたような柄になる♪ 優しい感じのハーフ目になれるから好き♥

データ 1カ月 / 14.5mm / 1箱2枚入り ¥1,980

ステータス 甘さ ★★★☆☆ / 大人度 ★★★★☆ / デカ目度 ★★★☆☆



2017年9月号P45 真優川 咲さん

パッと華やかに咲く瞳の中のひまわり✧

No.3 ロデオ ピンキーデビル ビッグブラウン

おすすめポイント 大事なポイントは、私の目のカーブにあっていて、装着中の不快感が一切ないこと♡ ズレたりもしないから安心して使えるよ♪

データ 1年 / 14.5mm / 1箱2枚入り ¥2,300

ステータス 甘さ ★★★☆☆ / 大人度 ★★★★☆ / デカ目度 ★★★★☆



2016年1月号P116 杉山佳那恵

ナチュラルなカラコンは寝ぼけた顔になるから×！

No.4 ラブリング ヘーゼルブラウン

おすすめポイント 自分の黒目と色の相性がいい✧ 三白眼だから大きいサイズ感が重要。このカラコンだと透け感があるから黒々デカ目の宇宙人にならない♡♥

データ 6カ月 / 14.8mm / 1箱2枚入り ¥1,980

ステータス 甘さ ★★★★☆ / 大人度 ★★★☆☆ / デカ目度 ★★★★☆



2018年5月号P88 一条ありささん

透け感のあるヘーゼルで国籍不明の存在に✧

No.5 ミスリリアワンデー ベルエレーヌ

おすすめポイント フチがぼかしてあるサークル柄のレンズで、黒目になじんですごく自然♥ つけ心地が軽くてゴロゴロしないところもお気に入り♡

データ 1日使い捨て / 14.2mm / 1箱20枚入り ¥2,490

ステータス 甘さ ★★★★★ / 大人度 ★★★☆☆ / デカ目度 ★★☆☆☆



2017年11月号P51 根本弥生

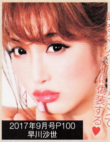
甘くて苦い♥ トリュフみたいな大人のカラコン✧

No.6 クララコンタクト ラクスブラック

おすすめポイント 黒コンなのにブラウンっぽさもあるから、瞳の中で黒フチだけ浮いたりしない♡ くりっと丸い目になれるからメイクが薄くても盛れる♪

データ 1年 / 15mm / 1箱2枚入り ¥4,300

ステータス 甘さ ★★★★★ / 大人度 ★★★☆☆ / デカ目度 ★★★★☆



2017年9月号P100 早川沙世

真っ黒すぎない黒コンで瞳をくりくりに偽装する♥

No.7 ラグジュアリーワンデー ハーフグレー

おすすめポイント グレーなんだけど、あんまりバキバキした色じゃないからとても自然♥ 目に光が当たると少しだけ透けて見えるのもキレイで好き♥

データ 1日使い捨て / 14.2mm / 1箱10枚入り ¥1,580

ステータス 甘さ ★★☆☆☆ / 大人度 ★★★★☆ / デカ目度 ★★☆☆☆



2017年5月号P104 美咲さん

上品かつ大人っぽい顔になる魔法のカラコン♥

No.10 ジュエル ジュエルアッシュ



2018年7月号P45 加賀美 早紀

透明感のあるカラコンでハデでキレイなお姉さん♥

おすすめのポイント 室内だとグレーっぽく見えるけど、太陽の下で見ると少しだけグリーンが入っててキレイ♥ つけた時の違和感も全くなくてお気に入り♪

データ 1カ月 / 14.5mm / 1箱2枚入り ¥1,800

ステータス 甘さ ★★☆☆☆ / 大人度 ★★★★☆ / デカ目度 ★★★☆☆

No.9 ラヴェール シルキーベージュ

おすすめのポイント つけ心地がよくて高発色なのが最高♪ 自然な大きさだから"カラコン入れてます"感が少なくて、ナチュラルに盛れるんだよね😊

データ 1カ月 / 14.2mm / 1箱1枚入り ¥1,700

ステータス 甘さ ★★★★☆ / 大人度 ★★★☆☆ / デカ目度 ★★★★☆



2017年11月号P53 RIRIさん

瞳の吸引力を底上げしてくれる魔法のカラー♥

No.8 ニューアーダー ブラウン

おすすめのポイント ブラウンのグラデーションで立体感が出せる♪ ハデすぎず地味すぎない絶妙なバランスで、いろんなメイクに合わせやすいよ😊

データ 1年 / 14.8mm / 1箱2枚入り ¥3,224

ステータス 甘さ ★★★★☆ / 大人度 ★★★★★ / デカ目度 ★★★★☆



2018年7月号P45 神崎メリさん

深みを与えてくれる淑女のブラウンアイ♥

No.12 キャンディーマジックワンデー アクア グラスブラウン

おすすめのポイント 薄いブラウンのフチがついているから、目に自然になじんで優しい印象に✧ 乾きにくくてつけ心地がいいところも気に入ってる★

データ 1日使い捨て / 14.5mm / 1箱10枚入り ¥1,700円

ステータス 甘さ ★★★★★ / 大人度 ★★★☆☆ / デカ目度 ★★★★☆



2018年7月号P46 久保七瀬さん

ナチュラルだけどキチンと盛れるデイリーカラー✧

No.11 フランミー オレンジブラウニー



2017年9月号P98 小原優花

瞳にオレンジを仕込んでヘアカラーとリンク✧

おすすめのポイント くっきりした茶色のフチで瞳が強調されてぱっちり目に♥ 目からも紫外線は吸収されるので、UVカットしてくれるフランミーは◎★

データ 1日使い捨て / 14.5mm / 1箱10枚入り ¥1,790

ステータス 甘さ ★★★★★ / 大人度 ★★★☆☆ / デカ目度 ★★★★☆

No.15 アイドール バイ リルムーン ミルキーグレー

おすすめのポイント ダークグレー×ライトグレー×イエローのMIXでオシャレな瞳に♪ 自然な発色だから大人だけど、お花みたいな模様でかわいさもIN♥

データ 1カ月 / 14.5mm / 2箱2枚入り ¥3,200

ステータス 甘さ ★★★☆☆ / 大人度 ★★★★☆ / デカ目度 ★★★☆☆



2017年5月号P97 美咲さん

3色が織りなす立体感で大人かわいい目元に✧

No.14 ウィッチズポーチ ナチュリーブラウン



2017年9月号P42 けいこ

ちゅるんと潤んだ瞳で天然美人な仕上がりに✧

おすすめのポイント 裸眼風カラコンを探して最初に出合ったレンズです♪ サイズ感や色がちょうど良かったのと、安くて経済的なので長いこと愛用してました★

データ 1年 / 14mm / 1箱2枚入り ¥1,000

ステータス 甘さ ★★★★☆ / 大人度 ★★★★☆ / デカ目度 ★★☆☆☆

No.13 プティア エルムヘーゼル

おすすめのポイント ヘーゼルカラーが高発色でかわいい♥ 普段はナチュラルなカラコンが多いから、たまにハーフ系も使いたくなるの♥ 目が悪いから度入りじゃないとムリ😊

データ 1日使い捨て / 14.3mm / 1箱30枚入り ¥3,123

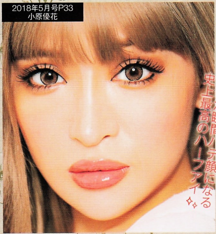
ステータス 甘さ ★★☆☆☆ / 大人度 ★★★☆☆ / デカ目度 ★★★☆☆



2017年7月号P104 青木りえさん

ミステリアスな雰囲気をまとえる魅惑のヘーゼル♥

No.18 ラヴェールワンデー キャラメルグロー



2018年5月号P33 小原優花

つけた瞬間ハーフ顔になる史上最高のハーフアイ✧

おすすめのポイント もともとの黒目の色に負けることなく、キレイに発色してくれるところが大好きでヘビロテ中♥ カラコン顔にならない絶妙なサイズ感もお気に入り😊

データ 1日使い捨て / 14.4mm / 1箱10枚入り ¥1,600

ステータス 甘さ ★★★☆☆ / 大人度 ★★★★★ / デカ目度 ★★☆☆☆

No.17 エンジェルカラー バンビシリーズワンデー ショコラ

おすすめのポイント 昔から使ってるシリーズのダークブラウン♥ パッと見は黒っぽいんだけど、絶妙なブラウンがMIXされてるから目がクリッとする♪

データ 1日使い捨て / 14.2mm / 1箱30枚入り ¥3,123

ステータス 甘さ ★★★★☆ / 大人度 ★★★☆☆ / デカ目度 ★★★★☆



2017年11月号P102 青木りえさん

お姉さん世代は甘さ控えめなビターショコラが◎✧

No.16 エマカラー グランチョコ

おすすめのポイント ブラウンとライトブラウンが混ざり合って、瞳がキラキラする✧ ナチュラルだから使うシーンを選ばないよ♪

データ 1年 / 14.8mm / 1箱2枚入り ¥3,780

ステータス 甘さ ★★★★★ / 大人度 ★★★☆☆ / デカ目度 ★★★★★



2018年7月号P45 真優川 咲さん

不思議なニュアンスを生み出すミックスカラー♥

名古屋出身&在住の お姉さんたちが 地元の魅力 をまるっとお届け♪

Part.3 でらべっぴん揃い♡

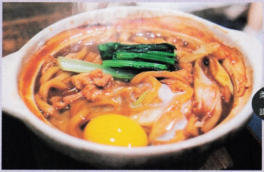
姉街ック天国★～名古屋編～

一風変わった個性を持つ街・名古屋。よそにはない不思議な魅力を探るため、名古屋出身のお姉さんたちに地元の文化を聞き取り調査♪　編集部が勝手に期待してた無口なコアラの情報は登場しませんでしたとさ。

DESIGN_Ayako Kondo
EDIT&TEXT_Hironeko-A

Topic1 名古屋人の 食文化♡

独特の甘辛風味の名物が満載。食べれば速攻で名古屋愛が芽生えるよ♥



味噌煮込みうどんは麺が固めが地元ルール♪

柔らかそうに見えるけど結構固め。他から来た人だと食べられない人もいるほど。この麺が味噌と絡んでいい味出すんです♥（奈々子）







おでんも赤味噌がマスト！

赤味噌でじっくり煮込むか、あとから赤味噌をつけるかのどちらかが定番。関東風のおでんは物足りなくて食べられません！（リリカ）

味噌カツサンドはパンにも味噌を塗る✧

カリッと揚げて味噌をつけるか揚げてから味噌で煮込むかのどちらか。パンにもこってり味噌を塗らないと名古屋の味じゃない（奈々）



味噌だけじゃない!!

名古屋めしはとにかく味が濃い！

- ♥味仙の台湾ラーメン
- ♥世界の山ちゃんの手羽先
- ♥あんかけパスタ
- ♥きしめん　♥ひつまぶし

あんかけパスタ



ひつまぶし



味噌への愛がめっちゃ深い!!

名古屋を語るミソは味噌！　豆味噌、八丁味噌、赤だしなどあらゆる赤味噌を駆使した名物が地元のソウルフードとして愛されてます。



「つけてみそかけてみそ」は所持率ほぼ100%★

名古屋のおいしいものと言えばコレ！　ゴマ入りの甘辛い風味がどんな食べ物にも合う！　MYマヨネーズ感覚で豆腐や味噌カツはもちろん何にでもかけて食べてます♥（きよか）





二日酔いには八丁味噌の味噌汁♡

塩分が濃いのど越しに慣れてるから、赤以外の味噌汁は飲めません★　この塩辛さだからこそ二日酔い明けでもスッと飲める！（奈々）

Topic2 名古屋人の 観光&レジャー

伝統文化に今っぽさを足した施設やキャラなど独特の文化を展開！





おもてなし武将隊もいるよ♡

名古屋にゆかりのある武将6人と陣笠隊の4人で結成された観光PR部隊。殺陣や甲冑ダンスでみんなを盛り上げてくれます（リリカ）



観光の拠点はやっぱり名古屋城

今春リニューアルした名古屋城の周りには、金シャチ横丁や四間道など名古屋のおいしいものが味わえる通りが充実してる★（かすみ）



地元民はショッピングモールで過ごすのが定番に★

衣食住が何でも揃うし、レジャースポットも併設されてる地元民のオアシス♥　車移動が主流だから、駐車場もめっちゃ広い！（奈々）

お姉さん的に注目の名所は名古屋能楽堂！

名古屋城近くの穴場♥　全部ひのきで建てられているからいい香りだし舞台の造りもすごくいい。ここで鑑賞する能や演劇は格別✧（奈々子）



喫茶店のモーニングが充実★



1杯380円のコーヒーにゆで卵やトーストがついてくるから超お得。あんことバターがとろけ合う小倉トーストもテッパン！（きよか）



スイーツの定番はシロノワール

大好きだけどもはやド定番すぎるからわざわざ食べには行かないかも。ミーハーな部分があるから、今はサラベスとか最新のカフェが人気★（かすみ）



結婚式は
ド派手婚が多い✧
私の時はバラやピンクなど好きなものを詰め込んで花火も上げた。落ち着いた雰囲気を好む人には熱田神宮での神前式も人気（リリカ）

なんでもプラスオンで
盛りたがる習性アリ！
個性の強い服や小物を装備してても、さらにもうひと盛りしないと気が済まない的な♪　この衝動はもはやDNAレベル（笑）（かすみ）

目立ちたがり屋だけど
実は人見知りなコが多い
見た目がハデだから遊んでると思われがちだけど、中身は結構一途★　性格も人見知りでナイーブな人が多い印象ですね♪（土屋さん）

Topic3 名古屋人の生態…！

味噌の味以上にキャラが濃い6人のお姉さんたちから傾向を分析！



美ツヤ肌専門店 ボーテベロア経営（29歳／愛知県）既婚・息子2人 **水野智世さん**

会社オーナー兼投資家（31歳／東京都）既婚・娘1人 **寿リリカさん**

ミンツプランニング代表（31歳／東京都）既婚・子供なし **金本かすみさん**

お稽古サロン経営&講師（32歳／愛知県）独身・子供なし **奈々子さん**

札幌の正看護師（38歳／北海道）既婚・娘2人 息子1人 **土屋きよかさん**

名古屋まつげ専門店グランデアイズ代表（36歳／愛知県）独身・子供なし **伊吹奈々さん**

私たち名古屋人は、見栄っ張りでハデ好きだけどナイーブです♡

主張の強いメイクや
アイテムが大好物♡
ハデ柄や濃いめのメイク、かきあげヘアなどバブリーな感じが好き。仕事で東京に行っても、即名古屋人だと見抜かれます（笑）。（智世）

ちなみに…
「だぎゃ」とか「エビフリャー」とは**言いません**のであしからず
言ったとしても方言のキツイお年寄りくらい（奈々子）。地域によって語尾が違う。三河方面は「じゃん」「だら」「りん」（きよか）

名古屋巻きから
ゆる巻きに変わっても
コテは毎日携帯♡
盛り盛りの名古屋巻きは絶滅危惧種になったけど、コテの所持率は変わらず高め。どこへ行くにも必ず髪を巻く人が多いです♥（奈々子）

生活費は堅実に抑えて
使うところに
パーッと使う♪
高級志向に見られるけど、実は家賃やスーパーの物価は安いんですよ。その分お祝い事やここぞって部分には惜しみなく支出♥（奈々）

なごやんの
結婚式あるある！

結婚＝家を買うのが8割!!
リーマンでもマンションではなく庭つきの戸建てを買うのがステータス。見栄のためにローン貧乏の道を選ぶ人もザラですね（奈々）

お色直しは2～4回
和装を入れる傾向が強いので、ドレスと合わせて最低2回。最近は3回くらいが相場らしいですが私の後輩は4回やってました（奈々）

嫁入り道具は タンス→車に
いまはクローゼットが普通ですからね（笑）。女親が車と着物を持たせて、男親は結納金で100～200万くらい出す傾向が強いです（奈々）

引き出物が大量!!
お祝い事には惜しまないのが名古屋人の習性。私がもらって一番多かったのは10コ。マスクメロンも入っててびっくりした（笑）（かすみ）

めでたい日は近所で 餅やお菓子を撒く♪
結婚式や卒業式といったお祝い事のあとは、餅やお菓子を撒くのが名古屋流♪　個人宅でも神社の行事並みにハデにやります（きよか）

結納もきちんと やる家が多い
ドラマとかでおなじみの和服&料亭ってスタイルで両家の親族が大集合。すごく家族を大事にするから親戚行事もめっちゃ多い（奈々）

参列者も ハデめな人が多い
よそと比べると頭の盛り方がデカいし、ハデめなドレスを選ぶ人が多い★　若い人の和装率も高いです。その分みんなで花嫁さんを囲んだ時の絵面は、どこの都市よりも華やか（奈々）

なごやんの
美容トレンド♡

まつエク率が高い！
うちでは高校生～85歳の方が来店。どの年齢層にも人気なデザインは目尻長めのセクシー系。ナチュラルメイクとも相性◎です（奈々）

すっぴん率低め♡
すっぴんだと宅配便を受け取れないってほど。お直しもマメ。まつエクでメイクを落とす直前でも顔を完璧に直される方が多い（奈々）

発光するような ツヤ肌がブーム✧
20代前半でも肌にお金をかけるコがとても多い。私のお店でもツヤ肌になるハーブピーリングやメイクレッスンが大人気です★（智世）

何歳になっても女という 生き様の人が多い★
マダムだと髪をバリッとセットしてバーキンにフォクシーのワンピ、みたいな（奈々）。自分磨きと子育てを上手に両立してる（奈々）

なごやんの
ファッションの傾向

ハイブランド志向が強い♡
プチプラを上手に使う若いコも増えたけど、バッグはまだまだハイブランドが主流（智世）、マダムのバーキン所持率は異常です♥（奈々）

和装を好む人が多い✧
成人式での着物率が高く、普段から和服を着る人も多い（奈々）、卒園式とかここぞって時に。和装ならではの盛り髪も好き（智世）

スニーカーでも ハイブランド
昔ほど名古屋名古屋しなくなったけど、靴はジャンルを問わずハイブランド率が高い！　ちなみに私は絶対にヒール派です（笑）（智世）

大阪人に負けないくらい ハデ柄が好き♡
ゴージャスな花柄とかAラインのスカートとか甘めが多い♪（智世）、ハデにハデを合わせる名古屋のファッションは独特★（かすみ）

Another Topic3 防犯編



侵入盗被害が10年連続で全国1位
空き巣や車上荒らしが多くて、住宅街で道に迷ってるとすぐ職質される。盗るものがない家にはウンコが残されているらしい…（奈々）

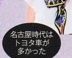
Another Topic2 夜の街編

セット料金が安い
錦は今の時代でも1時間2,900円～スタートで高い時間でも5,000円程度。飲み方も歌舞伎町と比べてにぎやかな方が多かった（奈々）

パーティーノリでよくしゃべるコが人気★
東京と違って大阪っぽいにぎやかなノリがウケるんですよ。めっちゃ楽しいけど、直ビンとかもさせられるので超絶酔います（笑）（奈々）

見た目が素朴なコのほうがお客さんウケがいい
支えてあげたくなる雰囲気なのにお客さんを立てるのが上手いコ。私みたいにハデな人は「お金がかかりそう」って思われる（笑）（智世）





Another Topic1 車編



身の丈に合わなくても高級車に乗るのがステータス
名古屋在住の頃は幼稚園のお迎え時間の度に高級車がズラリ！　国産だとレクサス、外車だとBMWやベンツが人気だった★（きよか）

デートでは必ず男の人が迎えに来るのがテッパン
上京後に「渋谷で待ち合わせね」的に言われたのが衝撃で「よそは違うんだ!!」と気づいた！　車は東京のほうが高級車が多い印象（かすみ）



車は1人1台がマスト ないと生活できない
電車の路線が少ないうえ駅から遠い場所に住んでる人が多い。ショッピングモールなど車じゃないといけない場所も増えました（奈々）

電車のつり革触れる？

お皿に残った最後の唐揚げどうする？

靴下の捨て時は？

などなど日常に落ちている行動の疑問にお答えします！

Part.4 みんなはどう？

様々なボーダーラインを決める会♥

日々の生活の中でふと「これって私だけ？」「みんなどうしてるの？」って疑問に思うことありませんか？気になったのでお姉さんたちの意見を聞いてみました♥　自分が多数派か少数派かチェック！

DESIGN_Ayako Kondo
EDIT&TEXT_Anna Kuriyama

清潔のボーダーライン♥

Q1 電車やバスのつり革、触れる？

無理	0%
できれば触りたくないけど触れる	60.9%
触れる	39.1%
電車乗らない	0%

全員触ることは可能♥　できれば触りたくない人たちも「誰かに当たったら迷惑だから／青木りえ」「危ないから／RIRI」と安全面を優先していたよ✧

Q2 病院やサロンなど、公共のスリッパ履ける？

無理	0%
嫌だけど仕方なく	95.7%
履かない（裸足のほうがマシ）	4.3%

「水虫になりそう…／青木りえ」なんて意見もあるけど、大体が「裸足よりはマシ／RIRI」「裸足だと足の裏が汚れるから／大城あい」と妥協してる💧

Q3 外出した服のままベッドに座れる？

無理	39.2%
あまりにも疲れてたら座れる	30.4%
座れる	30.4%

本当はそのまま寝たくないお姉さんのうっかりの原因は…「普段しないけど酔って帰った時だけは…💧／奈々子」とお酒に負けてしまっているみたい😅

Q4 エスカレーターの手すり触れる？

触れる	82.6%
触れない	17.4%

8割以上のお姉さんがOK♥　中には「一度ガムがついていたことがあって服が汚れたから寄りかかれない／ダービー英恵」というトラウマも💧

Q5 どこまで座れる？

自宅トイレしか無理	21.5%
彼宅トイレまで	16.3%
友人宅トイレまで	16.3%
デパートのトイレまで	30.4%
駅トイレまで	6.2%
コンビニトイレまで	5.8%
公園トイレもOK	3.5%

掃除が行き届いているかどうかが判断基準！　しかし、「背に腹は変えられません／鈴木りんか」なので公園トイレは「中腰でするw／神崎メリ」

Q6 図書館や古本屋さんの本、触れる？

無理	4.3%
できれば触りたくないけど触れる	4.3%
触れる	56.5%
そもそも読まない	34.9%

6割が触れる♥　「つり革は無理でも本はなぜか平気／矢沢なり」「本には汚いって感情がなかった／大城あい」本は他の公共物と扱いが違う様子😅

Q7 犬がなめてくる！

どこでもOK	34.8%
顔は無理	17.4%
どこも無理	17.4%
自分ちの子ならOK	30.4%

「わんちゃんラブ♥／RIRI」「毎朝洗顔代わりになってた（笑）／杏奈」とOK派は愛が爆発♥　反対派はかわいくても無理なものは無理ときっぱり！

Q8 床や地面にバッグを置ける？

無理	26.1%
できれば置きたくないけど置ける	60.9%
置ける	13%

「やむを得ない場合のみ／伊吹奈々」「キレイなとこなら…／加賀美 早紀」と渋々な様子。「置いたら帰ってから拭く／水原 乙」という声も。

Q9 人が握ったおにぎり、食べられる？

無理	4.3%
お店のならOK	17.4%
サランラップごしに握ってくれたら	39.2%
食べられる	39.1%

食べられるとはいえ「人によります／美咲」「腹が減っては戦はできぬ／ダービー英恵」と、やっぱりある程度の条件はついてしまいそうな結果に！

Q10 ペットボトルの回し飲みできる？

誰とでもできる	8.7%
家族なら	8.7%
彼（主人）や友達となら	69.6%
絶対無理	13%

直接口をつけるものだから「友達までなら／加賀美 早紀」と限定的！　中には「虫歯や風邪菌をもらいたくない／黒咲ゆうき」という絶対無理派も。

人づきあいのボーダーライン♥

Q1 気になる人からの何気ないLINE、いつ返す？

気づいた瞬間	82.3%
数時間してから	17.7%
翌日	0%
それ以降	0%
次が来るまでスルー	0%

「好きな人にはマメに返したいから♥／大城あい」という乙女な理由もあれば「既読したら返すのが礼儀／伊吹奈々」と本人の性格に由来する場合も✧

Q2 「行けたら行く」と返事した場合、ホントに行く気はどれくらい？

1%もない	17.4%
半々	26.1%
本当に予定次第	56.5%
実は行く気まんまん	0%

「返事の内容は真実だから／山﨑みどり」「言葉のまま／青木りえ」と、断り文句として有名なセリフだけど、半分以上は言葉のまま、信じていいみたい😅

Q3 耐えられないのは？

クチャラー	17.3%
話すときにツバ飛ばしてくる	13%
ワキガ	30.4%
1円単位で割り勘	17.3%
口が臭い	22%
とんがり靴を着用	0%

「きつい…においが…／RIRI」「口臭だけは話しててキツイから／まなか」とTOP2にニオイ関連がランクイン！　「臭いとか不潔すぎる…／矢野ユウキ」

Q4 どこからが浮気？

私に内緒で会ったら	34.7%
2人で出かけたら	8.6%
キスしたら	26.1%
Hしたら	21.9%
私以外の誰かをかわいいと思ったら	8.7%

「気持ちがいくのが一番嫌／まなか」「心が浮ついた瞬間から浮気／杏奈」やましいことがないなら言えばOK😅　できないなら疑われても仕方ない♥

Q5 風俗は浮気？

はい	26.1%
いいえ	73.3%

「浮気ではないけど生理的に無理／神崎メリ」「浮気ではないけど、いやです／奈々子」浮気認定はされなくても、許してもらえるかどうかは別問題！

Q6 キャバクラは浮気？

はい	21.7%
いいえ	78.3%

「つきあいもあるから仕方ない／伊吹奈々」「接待もあるので…／杏奈」お店の性質上、キャバクラだったら“仕方なく行く”が通用するみたい😅

Q7 つきあうなら？

イケメンの極貧	52.2%
デブサイクな大富豪	47.8%

僅差だけどイケメンの勝利♥　「デブサイクって不潔そうだから／加賀美早紀」と気にしてるのは顔の出来よりも清潔感があるかどうか✧

Q8 飲み会で自分以外全員お酒飲んでるけど、自分は飲みたくないときどうする？

周りに合わせて無理して飲む	26%
お酒を頼むけど飲まない	8.7%
空気は読まずにお茶を飲む	65.3%

6割以上がお茶を選択★　「好きなものを自分のペースで飲める飲み会しか参加しない！／杏奈」大人同士の飲み会は自己責任でお互い楽しくね♪

Q9 許せるのは？

彼氏（主人）がワキガ	30.4%
彼氏（主人）が虚言癖	13.1%
彼氏（主人）が口臭い	17.4%
彼氏（主人）が浮気症	17.4%
彼氏（主人）が無職	21.7%

耐えられなくても許せるのは「手術させます！／杏奈」といった具合に、治療方法があるから♥　虚言癖は信用できないからやっぱり無理だよね💧

Q10 彼がいるけど他にいい感じの人ができた！　どうする？

今彼と別れてつきあう	39.1%
二股で様子をみる	30.4%
気持ちを押し殺す	4.3%
第三者の意見を聞く	26.2%

二股が30%いるけど、「きちっと別れてからつきあわないと揉める／伊吹奈々」ときちんとけじめをつけるお姉さんのほうが少しだけ上回ったよ★

Q11 彼氏（主人）とどこまでお揃いできる？

お揃いしたくない	4.3%
アクセやスマホケースなど小物なら	8.7%
シンクロコーデくらいなら	26.1%
なんでもOK!	60.9%
ルームウェアなら	0%

大好きな彼となら、なんでもOKが6割を越えた♥　中には「お互いの趣味や個性が出せるものを身につけたいから嫌／黒咲ゆうき」といった意見も。

Q12 彼氏（主人）とどこまでシェアできる？（お揃いじゃなくてシェア）

服（Tシャツとか）	8.7%
化粧水などスキンケアもの	8.7%
ソフトクリーム（1つのアイスを共有）	30.4%
食器	21.7%
歯ブラシ	4.4%
下着	26.1%

勝手に彼の下着を拝借しているお姉さんもちらほら♥　「歯ブラシは虫歯がうつったら嫌／矢野ユウキ」と、歯ブラシは衛生面が気になるせいかビリ。

Q13 お皿に残った最後の唐揚げ。さてどうする？

自分で食べる	56.5%
誰かにすすめる	30.4%
店員さんに下げてもらう	4.3%
何もしない	8.8%

「遠慮の塊がめんどくさい／矢野ユウキ」「みんな最後の1コを食べない人が多くてもったいないから／伊吹奈々」日本人独特の悪習をぶったぎる！

ファッション・美容のボーダーライン♥

Q1 メンズの美容、どこまでOK？

スキンケア	21.7%
脱毛(部分的に)	34.7%
脱毛(全身)	34.7%
毎日フルメイク	0%
アイプチ	0%
整形	8.9%

「メイクまで行くとホストか！って感じ／菜採 梓」「男は黒髪短髪であれ！／杏奈」と清潔感は求めていても、造形に関してはナチュラルが一番✧

Q2 靴下の捨て時は？

定期的に	8.6%
型崩れしてきたら	21.7%
穴が空いたら	69.7%

「穴が空かない限り全然あり／鈴木りんか」「捨てるタイミングがわからない／水原 乙」と理由は様々だけど、靴下には限界まで頑張ってもらう方向で😊

Q3 彼氏(主人)の美容、どこまでOK？

スキンケア	21.7%
脱毛(部分的に)	34.7%
脱毛(全身)	43.6%
毎日フルメイク	0%
アイプチ	0%
整形	0%

彼氏だろうがそうでなかろうが、メンズ美容への許容範囲は一緒みたい♥ ただ「胸毛とかは脱毛してほしいかも…／山﨑みどり」という声も✧

Q4 飲むならどっち？

不老不死の薬	43.4%
自分で死ぬタイミングを決められる薬	56.6%

自分で死ぬタイミングを決める薬が若干リード！「不老不死になれたとしても、孤独に耐えられない、死ねないのはたぶん辛いと思う／黒咲ゆうき」

Q5 ベースメイクに使うものの捨て時は？

開封から1カ月など期限を決めて	0%
次を買ったら残ってても捨てる	8.8%
使い切るまで	47.8%
気まぐれ	43.4%

「買って使ってみて肌に合わない場合はキリのいいところで捨てる／大城あい」場合もあるけど、肌に合えば「だいたい使い切ります／奈々子」✧

Q6 自分がなりたい理想の体形はどこ？

ボンキュッボンの峰不二子	47.5%
ひたすら細いお人形さん	13.4%
細いけどプニ	8.7%
細くてうっすら筋肉あり	30.4%

「セクシーさがほしいから！／奥山絵里奈」「最強！／水原 乙」 やはり大人として憧れるのは見事なS字BODYを誇る、色っぽい不二子ちゃん♥

Q7 メイクブラシはいつ洗う？

毎回	0%
3日に1回	4.3%
5日に1回	17.3%
気になったら	56.7%
洗ってない	21.7%

「気になった時が洗い時／大城あい」という意見が多数を占めた★ 「洗うのが面倒で100均のブラシを使い捨てにする／ダービー英恵」という人も！

Q8 スキンケアの捨て時は？

開封から1カ月など期限を決めて	0%
次を買ったら残ってても捨てる	0%
使い切るまで	52.1%
次を買ったら残ってても捨てる	47.9%

「なんでもキレイに使い切りたい派です／奈々子」に「すぐに飽きるので気まぐれに／鈴木りんか」と、各個人の性格が強く反映されていそう😊

暮らしのボーダーライン♥

Q1 スマホを充電するタイミングは？

チャンスがあれば常に	34.7%
50%以下になったら	39.1%
20%以下になったら	0%
ギリギリまでしない	26.2%

iPhoneは20%以下になるとお知らせしてくれるけど、半分を下回った時点ですぐ充電★ 「半分以下からはあっという間になくなる！／伊吹奈々」

Q2 1日のうちテレビを見る時間はどのくらい？

見ない	30.4%
～1時間	26%
1～3時間	21.7%
3～5時間	4.3%
5時間以上	0%
家にいる間ずっと	17.6%

3割がテレビから離れてる！ 家にいる間ずっとの人は「見なくてもずっとつけてるから／矢野ユウキ」でわかるように、つけてるだけで見てない(笑)。

Q3 賞味期限が切れた牛乳、何日まで飲める？

当日	69.5%
2～3日	21.7%
1週間	4.4%
変なニオイがするまで	4.4%

「牛乳はお腹を下しそう／水原 乙」「なんか乳製品は怖いから／まなか」と、消費期限ではないとわかっていながら切れてしまったら抵抗がある💧

Q4 平均睡眠時間は？

3時間未満	0%
5時間くらい	39.1%
7時間くらい	39.1%
10時間くらい	13%
半日近く	8.8%

ロングスリーパーさんは「半日／黒咲ゆうき」、ショートスリーパーさんだと「5時間でも頑張って寝てるほう／加賀美 早紀」と体質の差がすごい！

Q5 ぶっ通しで寝られるのは何時間くらい？

3時間	8.6%
6時間	21.7%
9時間	8.6%
12時間	43.4%
24時間以上	17.7%

「疲れがたまっていると12時間くらい余裕／美咲」と半日だって寝続けられる！ 頑張るお姉さんたちにとって睡眠は心身を休める大事な時間♪

Q6 お財布に入れておきたい金額は？

0円	0%
3000円	8.6%
1万円	26.1%
2～3万円	43.4%
5万円以上	21.9%

備えあれば憂いなし★ 「2～3万あればいざという時なんとかなる／山﨑みどり」と、有事に備えて最低でも2万は入れておきたいところです♥

Q7 どこまで退治できる？

アリ	0%
蚊	52.1%
クモ	4.3%
ゴキブリ	30.4%
ネズミ	0%
どれも無理	13.2%

意外にも3割のお姉さんがアイツも倒せる！ 「見ると殺意がわきます／伊吹奈々」「南国出身なんだけど、向こうはたくさん出たよw／神崎メリ」

Q8 宅配便の再配達、午前中で頼んだけどまだこない。現在11:50。どうする？

確認の電話をする	34.7%
12時になるまで待つ	39.1%
何もしない	26.2%

「遅れてくるものだと思ってるので／鈴木りんか」「あまり気にしない。気は長いほうだと思う／RIRI」焦らず上手にストレスを回避してる♪

Q9 押したくなるのは？（あくまでも仮定の話）

バスを降りる時のボタン	13%
エレベーターの閉じるボタン	43.4%
レジのボタン	17.3%
非常ベルのボタン	26.3%

エレベーターの閉じるボタンが人気なのは「せっかちだから／杏奈」★ 「絶対押しちゃダメなほうが押したくなる」のは非常ベルのボタン♥

Q10 なるならどっち？

一生髪が生えてこない呪いにかかってるけど、顔と身体が明日花キララ	87%
顔は明日花キララだけど、体重150キロで一生痩せない呪いにかかってる	13%

なんでこんなに圧倒的な差が出たかって？ それは「髪はカツラとか帽子でなんとかなりそうだし、太ってたら着たいものも着れないから／美咲」です♥

Q11 週にお休み何日ほしい？

0でもいい	13%
週休1日	8.6%
週休2日	17.3%
週休3日	17.3%
週休4日	4.8%
週休5日	13%
毎日休みがいい	26%

「好きなことだけしていたい♥／神崎メリ」と毎日休みたいお姉さんがいる一方「忙しいほうが好きだから／水原 乙」と毎日働きたいお姉さんも！

全42問、お疲れ様でした♥ あなたのボーダーはどこでしたか？ 同じ女性でも、年齢が近くても、これだけ違いが出てくるから面白いよね😊

姉的 あなたの投稿が誌面を作る♥ Anestagram通信 Vol.12

インスタグラマー見つけ隊!!

Part.5 読者参加型企画♥

姉agehaのインスタアカウント（@aneageha）と連動しているこの連載がスタートして早くも2年が経ちました♪ これからもインスタアカウントとAnestagram通信ともどもよろしくお願い致します♥ 今回は40℃を超える猛暑にぴったりのお題です♥

DESIGN_Ayako Kondo EDIT&TEXT_Anna Kuriyama

今回のお題は 食欲がなくても食べられる一品♥

温暖化の影響か年々気温が上昇している日本の夏。夏バテしないように美味しいものを食べよう♪



パプリカを開けてびっくり 夏野菜の宝石箱や〜!

miekakoさん
パプリカをくりぬいたら、パプリカ・トマト・きゅうりをマヨネーズで和えて、盛りつけるだけで作れるお手軽な一品😊



食べたいものがないなら 作ればいいじゃない😊

あやたんさん
手作りだというスープは、トマトがたっぷり入った中華スープ✧ トマトに含まれるリコピンは美白効果も期待できる★



夢の国でジェラートだなんて とっても優雅な休日✧

sato risaさん
ディズニーシーのゴンドリエ・スナックで味わえるジェラートだよ♪ 選んだのはブラッドオレンジとピーチヨーグルト★



暑い日に辛いものっていうのも なかなかオツなもんです♥

ななちゃぽさん
ピリ辛なキムチはなんと自家製♥ 韓国ノリで巻いて食べると美味しいらしい♪ 晩酌のつまみにしてもよさそうです♥



絶品ランチプレートは 色鮮やかで食欲をそそる♥

輝美さん
shakersのランチプレートはとうもろこしのリゾット★ 水分の多い料理だから、暑い日でもぺろっと食べられるみたい😊



果実ごろごろのフルーツソースでいただきます♥

Nekoさん
1週間に16パックも食べるほどヨーグルトが大好きとのことで、おともは蔵王高原農園のフルーツソース♪ 味はブルーベリー✧

今日からインスタをレベルUP!

ストーリーにぴったり！ 文字入れ用加工アプリ♥

Font Candyにはオシャレでかわいいフォントがたくさん入ってる★ 色も自由に変えられるし、テキストにカーブをつけることもできるよ♪



油性ペンでぐりぐりと強調したような文字は、お皿に沿ってカーブをつけて😊

After



フルーツにかかるように配置したフォントは、サインペンっぽくてかわいい♥

Before



用意したのは、なんてことないフルーツの写真。一言メッセージを添えて目立たせてみよう♪

次回のお題は 読書の秋にオススメの本♥

小説でも漫画でも自己啓発本でもOK♥ あなたの愛読書を教えてください★ 好きなキャラやポイントもお忘れなく♪

Present

この世で1枚だけ!!
沙世のサイン入り写真♥



次回のお題で投稿し、掲載された方の中から1名様に、今まで掲載された沙世の写真にメッセージとサインを入れてプレゼントします♪

応募条件

- ♥投稿締め切り 2018年9月14日(金)
- ♥投稿写真およびご自身のアカウントが次号『姉ageha』に載ってもOKな方
- ♥当選したプレゼントをインスタにアップしてくださる方

投稿方法

1. 姉agehaの公式アカウント「aneageha」をフォロー
2. **#姉ageha9月号**とハッシュタグをつける
3. 非公開アカウントの方は公開に設定
4. 必ずご自身で撮影した写真を投稿してください

※1人何回でも投稿できます

Part.6
華の命よ、永遠に！

老化ストップで20代のハリと輪郭をキープしたい！ ＼高須クリニック院長 高須幹弥先生が詳しく解説!!

溶ける糸で重力と年齢をめくらまし♥

たるみや小ジワが気になり始めたお姉さん世代が、今一番注目しているアンチエイジング法！ 溶ける糸の施術について、高須クリニックの幹弥先生に詳しくお話を聞きました♥ いつまでもハリのある、年齢を感じさせない美肌を目指す人は必見✧

DESIGN_Ayako Kondo TEXT&EDIT_Chie

吸収糸（溶ける糸）とは？

吸収糸はポリジオキサンという材質で作られていて、時間をかけて体内で溶けてしまう糸のこと。体内に異物が残らないのが最大の魅力！ さらに糸が溶ける過程でコラーゲンを作り出すので、肌にハリをもたらします♥

こんな人におすすめ♥
- たるみが気になる
- 肌にハリが欲しい
- 誰にも気づかれずにアンチエイジングしたい
- 金の糸をしたいけど、金属アレルギーが心配
- メスを使う手術には抵抗がある

小ジワやほうれい線を改善したい人に♡

吸収糸を使った肌のハリを出す治療 イタリアンリフトファイン

極細の針で吸収糸を格子状に埋め込む施術。埋め込んだ糸が溶ける過程でコラーゲンを作り出し、肌にハリをもたらすので、リフトアップのほか、小ジワや毛穴の開きなども改善。また年齢が出やすい首や手の甲など、肌にハリを出したい部分ならどこでも施術が可能！



顔全体にハリを出したい場合は、数cmの吸収糸を30本留置する♥

After（6カ月後） Before



額、こめかみ、目尻、目の下、頬に吸収糸を30本挿入。糸を入れた部位の皮膚のハリが出て、額や目や口のまわりの小ジワが目立たなくなり、顔全体が引き締まった印象に！ ほうれい線も目立たなくなっています。

After（6カ月後） Before



吸収糸30本を首全体の真皮下に挿入した症例。術後は首全体のハリが出て、小ジワや深いシワが目立たなくなりました。吸収糸は約6カ月でコラーゲン繊維に置き換わり、半永久的に残るので、老化予防におすすめです！

頬のたるみを改善したい人に♡

吸収糸を使った顔のたるみ治療 イタリアンリフト

毛羽立った形状の糸を皮下組織に埋め込んで、頬のたるみを引っ張り上げる施術。極細の針を使用して、数カ所に通すだけ。糸の毛羽立ちが皮下組織になじみながら引っ掛かり、自然にリフトアップ。糸は約8〜10カ月かけて吸収され、コラーゲンに置き換わります。



スタンダードな入れ方は左右3本ずつ✧ 1本ずつでも施術可能！

After（6カ月後） Before



左右3本、計6本の糸を挿入し、頬からフェイスラインのたるみを引き上げた症例。フェイスラインがすっきりし小顔になっています。今後の老化を予防する効果も強いので、このぐらいのたるみにはとても有効な治療です！

ハリを出してくすみを改善したい人に♡

細かい吸収糸によるたるみ治療 ウルトラVリフト

髪の毛よりも細い極細の吸収糸を皮下に挿入する施術です。挿入した糸は溶けてなくなるまでの約8カ月、皮下組織に刺激を与え続けて長期的にコラーゲンを作り出し、たるみやハリはもちろん、肌質改善も期待できます。



極細の針を使用して、美容鍼のように顔のツボも刺激します♥

After（6カ月後） Before



目の下から頬に細かい吸収糸を施術し、あごラインまですっきりとリフトアップ。肌にハリが出て、目立っていた毛穴も改善。細かい吸収糸による治療は、吸収糸の刺激で顔の皮膚や筋肉を持ち上げたるみや肌質を改善！

教えて！ 幹弥先生 吸収糸の施術のQ&A



Q1 施術後の注意点は？ (RIRI)

当日は運動や長時間の入浴は避けてください。血行がよくなることで、腫れが強くなる可能性があります。糸が安定するまでの1カ月間はマッサージをしないようにして下さい。



Q2 金の糸とはどんな違いがある？ (弥生)

金の糸とイタリアンリフトファインはほぼ同じ作用があります。効果の永続性という点では、金の糸のほうが若干勝りますが、金の糸は金属アレルギーの人はできなかったり、MRIやCTなどの検査で糸が写る場合があるなど、吸収糸と比べるといくつかのリスクがあります。吸収糸の場合はこの金の糸のリスクをすべて回避できます。



Q3 何歳からやるのが効果的？ (TOMATO)

肌は18歳をピークに老化が始まります。吸収糸の施術は老化を予防する作用が大きいので、ハリやシワが気になり始めた時点で受けていただくのが効果的です！



Q4 施術後に他の施術を受けることはできる？ (りえ)

もちろんできます。吸収糸は体内に異物が残らないので、その後受けられなくなる施術はいっさいありません。また他の施術と同時に手術することもでき、相乗効果を狙うこともできます。効果が物足りなかった場合は、後から糸を足せますよ！



高須クリニック名古屋院 院長 高須幹弥先生

高須クリニック名古屋院院長。美肌治療、プチ整形、目鼻の整形、若返り、豊胸手術、脂肪吸引、エラ・アゴ・頬骨削りなど、オールマイティーに美容外科全般の治療を担当♥

各施術の比較

	イタリアンリフト	イタリアンリフトファイン	ウルトラVリフト
施術時間	約30分	約30分	約30分
術後の腫れ	施術当日は麻酔による腫れがあるが、翌日にはほとんどの腫れは引く	施術当日は麻酔による腫れがあるが、翌日にはほとんどの腫れは引く	施術直後は糸によるむくみがあるが、数時間でほとんどの腫れは引く
麻酔	クリーム麻酔と局所麻酔併用	クリーム麻酔と局所麻酔併用	クリーム麻酔
効果の持続	約8〜10カ月で糸が溶け、コラーゲン繊維に置き換わり、そのコラーゲンがハンモック状になって頬がたるむのを予防。半永久的に効果が持続	約6カ月で糸が溶けるが、増えたコラーゲン繊維はある程度半永久的に残り、長期間老化を予防	約8カ月で糸が溶け、約1年効果が持続
料金	4本￥400,000 6本￥600,000	顔全体、首、デコルテ、お腹、ヒップ、手の甲 各￥300,000	1回50本￥150,000 1回100本￥300,000 ※100本以上は20本ごとに￥50,000加算

※価格や施術の詳細は高須クリニックの目安となります。

姉ageha 9月号

ハロウィンの衣装もう決めた？

買っていただきまして ありがとう ございました♥

次号は2018年 10/6(土) 発売です♥

PUBLISHER
谷 光正

CHIEF EDITOR
後藤文江

EDITOR
栗山アンナ

ASSISTANT EDITOR
佐藤百華

ADVERTISING STAFF
阿久津好治、小山田憲生、今井健太、三塚 亮、壱岐まりな

SECRETARY
北村幸子

[お問い合わせ]
広告／03-6265-8581　編集／03-6265-8583　info@mediasjp.com

発行／medias株式会社
〒156-0042　東京都世田谷区羽根木1-21-1

発売／株式会社主婦の友社
〒101-8911　東京都千代田区神田駿河台2-9

発売日／2018年8月7日

※本誌内の価格表示は、断りのある場合を除き、すべて税抜の本体価格となります。
※クレジットのないものは、全て編集部私物またはモデル私物です。

♥撮影協力店リスト♥

あ

石原商店
03-3873-3851

ABC-MART
03-3476-5448

EGOIST ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-3358-3570

か

OWNDAYS お客様窓口
0120-900-298

CARRIEFRANCA
03-5422-8818
http://d-rw.com/

GRL
06-6532-2211
http://www.grail.bz/

-K-
http://www.k-jewelry.jp

さ

sugar
025-228-4747

SPIRALGIRL 渋谷109店
03-5489-0407

た

ダイアナ 銀座本店
東京都中央区銀座6-9-6
03-3573-4005

DaTuRa 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-2F
03-3477-5059

TeensEver
03-5989-8100

dazzy
03-5422-8818
http://dazzystore.com/

Delyle NOIR 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5053

DURAS
03-5772-6316

は

バロックジャパンリミテッド(rienda)
03-6730-9191

Bloomin
025-378-0183
http://www.bloomin-net.com/

ら

RASVOA 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5038

Riina couture
http://www.riina-couture.com/

RESEXXY 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5098

ROYAL PARTY
東京都渋谷区道玄坂1-16-5 大下ビル6F
03-6825-9595

姉agehaを一緒に作ってみませんか？ **姉ageha 編集STAFF募集!!**

募集内容

☆職務概要／「姉ageha」の編集業務全般（企画立案、撮影取材、ライティング業務など）
☆雇用形態／契約社員、アルバイト（いずれも試用期間あり）
☆給与／時給1,000円～（交通費別途実費支給）
　※給与は年齢、経験を考慮の上、当社規定により優遇。
☆休日／完全週休2日、年末年始休暇あり　☆勤務地／東京都世田谷区
☆応募条件／年齢・経験は問いません。20～30代の男女が活躍している職場です。
☆応募方法／履歴書（写真貼付）と職務経歴書（経験者のみ）を郵送ください。書類選考の上、合格者のみ面接日をお知らせします。（応募書類は返却致しません）

応募先

〒156-0042
東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
medias株式会社
姉ageha編集部 編集STAFF募集係

●お問い合わせ／03-6265-8583
●応募締め切り／2018年10月4日（木）必着

※ご応募いただく個人情報は採用業務にのみ利用し、他の目的での利用や第三者への譲渡・開示をすることはありません。



アラサーお姉さん世代の
コンプレックス
解消BOOK❤
対象年齢
25歳
以上!!
姉ageha特別編集
主婦の友ヒットシリーズ
定価680円
発売中!!
見た目と心の老化が止まる本できました❤
若かったあの頃よりも、
色気のあるメリハリBODYに!
重力に負けない!!
BBA（ババア）ヤセを防いで理想のBODYを手に入れる!
人生変える
アラサー流
Diet!!
年齢不詳と評判のお姉さんたちの間で
「使い続けたら肌が変わった!」と
評判のリピ買いアイテムを総ざらい♪
神コスメランキング
美肌編❤
美人がこっそりやってるヒミツの美容テクを大暴露❤
○○しながら美容術44❤
「私以外、私じゃない」から自分と
向き合って、戦ったあの日々。
“コンプレックス解消＝（イコール）
自己プロデュース力”
いつか産みたいお姉さん必見!
妊娠してからじゃなく、妊娠を考えている
今がそのとき! 今やろう❤
産める体づくりの
始め方❤
ママになったって、キレイでいたい
気持ちと努力の姿勢は変わらない!
姉mamaの
産後ビューティ集中講座❤
ムダ毛、汗、デリケートゾーンの黒ずみ、ニオイetc…
大きな声じゃ言えない悩みの解消に役立つといわれる
秘密の美容法を集めてみました!
男子禁制
美容㊙報告会議
食事に気をつけた! 運動も頑張った!
それでも取れなかった脂肪にはプロの手を借りよう!
お姉さん世代の
駆け込みBODYメンテ❤
お近くの書店&コンビニでお買い求めください❤
発行／メディアス株式会社 発売／株式会社主婦の友社
㈱メディアス株式会社 ☎03-6265-8581

#インラブ

LuLINE(ルライン)から生まれた

ナイトキャストをモデルとした新感覚のスタイルブック。

inLOVEで貴方の心を奪う…♡



載せてみませんか？

タイアップ企画etc... 広告掲載して頂ける店舗様・企業様を募集しております。

inLOVEお取り寄せ件数

累計30,000部突破!!

見逃したバックナンバーもお取り寄せ可能！
ご希望の方はお問い合わせフォームからお願いします！！

バックナンバーご希望の方は、数に限りがございますので
お断りさせて頂く場合もございます。



創刊号 / れお　vol.2 / 愛沢えみり　vol.3 / 七瀬美月　vol.4 / 一条響　vol.5 / えみり＆響



vol.6
CoverGirl /azian club きよみ

インラブ設置店も大募集

現在「inLOVE」はポータルサイトLuLINEに掲載の店舗様、全国のキャバクラ、飲食店、サロンなど
全国100店舗以上に設置いただいております。配送は無料ですので興味が御座いましたら是非ご連絡ください！

inLOVE

Advertisers Wanted!

LuLINE STYLEBOOK

インラブに広告を

inLOVE（インラブ）では、店舗・サロン広告はもちろん、オススメしたい商品、

＼今が超お得!!／

今ならインラブと姉agehaがスペシャルコラボレーションで

『姉ageha』の裏側からもインラブが読める！

FRONT



BACK



料金そのままで、2つの冊子からPRできちゃう！

と、いう事は!?

全国のキャバクラや飲食店などに配布しているインラブと
全国の書店やコンビニで発売されている姉ageha

2冊の効果で宣伝力も2倍!!

宣伝効果抜群のこのチャンスに是非ご検討下さい。

HOW TO ORDER

広告掲載ご希望・設置ご希望・最新刊・バックナンバーお取り寄せ方法

1 お電話からのお問い合わせ

03-5381-5677

受付時間/平日11:00〜20:00（土・日・祝日は除く）

2 パソコンまたはスマートフォンからのお問い合わせ

https://luline.jp/inlove/

こちらのQRコードからの各ご希望内容のフォームにてご連絡ください ▶▶▶▶▶▶

広告内容が不適当と思われる場合、掲載をお断りする場合がございます。また、掲載広告の内容に起因する名誉毀損、プライバシーの侵害、著作権等の諸問題に関し、弊社はその責任を負いかねます。



れみ
azian club / shinjuku

SUMMER TREND MAKE

撮影中もとても楽しかったです♡プロのヘアメイクさんにメイクをしてもらい、普段と違うまた新たな自分を見つけられた気がします☆



まりん
VENETIAN TOKYO / roppongi

it Girl

スタッフさんカメラマンさんが優しくて楽しい撮影になりました！！



にいな
CLUB KING / tokyo

inLOVE Summer Nail

カメラマンさんやメイクさん、アシスタントの方、皆さんが盛り上げてくれて緊張せず楽しい撮影となりました！ありがとうございます。

♥ inLOVE STAFF CREDIT ♥

PHOTOGRAPHER	toyo / Takayuki Takeda / Nobuyuki Sasaki
STYLIST	YOTA / Ai / Kaho
HAIR&MAKE-UP	Jun Hieda / Chie
COMPOSITION	Kaho
PHOTO RETOUCH	Komine / Sayaka Nakazono / BJ
MOVIE	Yamaoka / Ban
DESIGNER	Komine / Yuma Kudo / Ryoko Shimizu / asu

LuLINE STYLEBOOK

in LOVE Model

今回のvol.6でご協力頂いたモデルさんをご紹介！

LuLINEのキャストプロフィールページや
スペシャルコンテンツ、LuLINE Magazineでも
写真や本誌には載ってない記事などがたくさん見られるので
是非Checkしてみてくださいね♡

COVER GIRL



きよみ azian club / shinjuku

LOS ANGELES × KIYOMI

いろんなスポットに行けて、色んなファッション、メイク、ヘアーに挑戦できていろんな自分を見れたり初アメリカちょー楽しく過ごせました♡スタッフのみなさんも優しいし面白くてたくさん笑えた♡最高に素敵な思い出をありがとうございます♡



神様 ほずみ
LUIAGUE / shinjuku

SWIM WEAR

水着撮影、とっても楽しかったです！普段の撮影で人形っぽいポージングなんて中々しないので新鮮でした♡



椿 そら
Gentleman'z club / shinjuku

SWIM WEAR

終始楽しく撮影させてもらい、自分ではなかなか選ばない水着でしたが、着たらとても可愛くて新たな発見ができて幸せでした！



緒方 友莉奈
Club Remane / shinjuku

SWIM WEAR

いつものイメージとは真逆のポップな人形風に撮ってもらいました♡なんか照れくさく笑いに走る友莉奈でした（笑）



雨音 ゆず
REALE / shinjuku

ギガモテ Summer

スタッフさん優しかったし、車でわいわいできたりおいしいご飯食べれたり♡すごく楽しかったです！



一條 りおな
ZOO / minami

SUMMER TREND MAKE

いつもと違ったメイクや髪型で、新しい感じで試行錯誤しながらしていく撮影が凄く新鮮で楽しかったです♡



望月 美穂
A Tokyo / roppongi

SUMMER TREND MAKE

最初は似合うか不安だったけどおフェロメイク新鮮ですごく楽しかったです♡
またやりたい！！



Suchmos

THE ASHTRAY 2018.6.20 ON SALE

時代問わず、新しい音楽は自由な発想から生まれた。
縛られる事なんて“クソ喰らえ”自由に行こうよ。
そんなバンドの“今”を凝縮した作品の完成です。



CD

1. 808
2. VOLT-AGE
3. FRUITS
4. YOU'VE GOT THE WORLD
5. FUNNY GOLD
6. ONE DAY IN AVENUE
7. ENDROLL

DVD 初回生産限定盤DVD
2017.11.11 “TOUR FIRST CHOICE LAST STANCE” at Zepp Tokyo

1. A.G.I.T.
2. YMM
3. PINKVIBES
4. BURN
5. WIPER
6. STAY TUNE
7. MINT
8. DUMBO
9. GAGA
10. OVERSTAND

初回生産限定盤 CD＋DVD、KSCL 3060 -1 ￥3,000＋tax
『横浜アリーナワンマンライブ 2days』先行予約応募券封入

通常盤／初回仕様限定 CDのみ、KSCL 3062 ￥2,000＋tax
初回仕様：『横浜アリーナワンマンライブ 2days』先行予約応募券封入

SUCHMOS SUPER GYRO SENSE F.C.L.S.



あなたを叶える全身脱毛

KIREIMO

Making women more beautiful

LightBaito（ライトバイト）は嬉しい機能が満載♥

今までなかった、女の子の笑顔を守れる**安全な求人サイト**の**3つのPoint！**



POINT 1 そもそも、LightBaito（ライトバイト）ってなに？

学生さん・OL さんがもっと気軽に働けるように！ライトバイトは、どんな女性でも働きやすい環境が整っているガールズバー・ラウンジを扱う求人サイトなんです♪

さらには【女の子目線】を大事にした可愛いサイトデザインが特徴！
お店の雰囲気を重視したい人向けのライトバイトにしかない検索方法や、安心感が得られる会員登録制を採用。
女の子の笑顔を守れる安全な求人サイトでもあるんです！

POINT 2 LightBaito（ライトバイト）の良いところを教えて！



デザインがオシャレで可愛い！

アパレルサイトを見ている感覚でお仕事を探す事ができます♪
今までのナイト求人では無かった可愛いデザインなので街中や電車などで周りから見られても気にならない！



店内の雰囲気でお店選びができちゃう

条件よりも雰囲気重視の女の子の為の検索機能！
SNSで直感で"いいね"をつけるのと同じように、これから働く場所も直感で見つける事ができます★



安心安全！会員登録が必須！

応募後はマイページのメッセージ機能を使ってね！
個人の連絡先をお店の担当者に知らせる事無くライトバイト内のみでやりとりを完結させる事ができます！



POINT 3 怪しいお店や、身内バレ…大丈夫？

ライトバイトでは、女の子が安心して応募できるように、しっかり審査を行い、安全と判断された優良店舗のみを掲載しております。
店舗とのやりとりは全てライトバイト上で行うから連絡先がバレる心配もなし！
安心してお仕事探しができちゃうんです♪

ライトバイトでのお仕事探しはコチラから検索！

https://lightbaito.com/ ライトバイト


気軽にお仕事したい女の子の為のライトバイト
LightBaito
首都圏はコチラ
関西はコチラ
首都圏
マイページ
LightBaito
ライトバイト
ガールズバー＆ラウンジの専門求人サイト

体入までの簡単 5ステップ

Tainew 初心者さんの［体験入店ってどうするの？］を解決！



お店によっては
LINE での応募も
可能だよ♡

STEP 1 体入ドットコムでお店を検索♡

エリアや条件を検索して働きたいお店を探そう♥
今すぐ働きたい子は、即日体入情報で今日働ける
お店がCHECKできるよ！



リラックス
してね

STEP 2 働きたいお店が見つかったら応募♪

働きたいお店が決まったら、応募してみよう！応募のときは
「体入ドットコムを見ました」って伝えてね！

STEP 3 さっそく面接に行ってみよう♡

簡単な面接とお仕事の説明があるよ♡
お酒の作り方や、お店でのルールも丁寧に説明して
くれるから未経験でも安心！わからない事はこの
ときに確認しよう。



笑顔を忘れず
お客様と楽しく
会話♡

STEP 4 面接のPOINT★

いつも通りのアナタでOK♡でもラフす
ぎる格好やすっぴんはNG！明るくハキ
ハキ喋ると好印象だよ♪

STEP 5 面接後、体入スタート♡

お客様のタバコに火をつけたり、グラスを拭いたり♡
お仕事が終わったらお給料をGET！そのまま本入店も
ありだよ♥もし考えたかったら後日の返答でOK！

体入ドットコムは求人情報の他にも**キャバ嬢の為になるお役立ちコンテンツ**がたっぷり♪

体入ドットコムは全国に求人展開中♡
だから勤務地も選び放題です♡

https://www.tainew.com

体入ドットコム





MIKI

みき ／ Club Rich yokohama クラブ リッチ ヨコハマ

*add.*神奈川県横浜市中区伊勢佐木町2-84 パレスガーデンビルB1F *tel.*045-308-7677



SORA

そら ／ NEW CLUB Happiness ニュークラブ ハピィニス

*add.*神奈川県横浜市西区南幸2-7-3 子安ビル2F
*tel.*045-317-8787



ARISA MINAZUKI

水無月 有咲 ／ 風雅 フウガ

*add.*神奈川県横浜市港北区新横浜2-3-11 第二徳永ビル10F *tel.*045-475-5510



MINA

みな ／ THE Velours ベロア

*add.*千葉県柏市柏3-3-11 第2プリンスビル5F
*tel.*047-160-2031



YURI

ゆり ／ THE Velours ベロア

*add.*千葉県柏市柏3-3-11 第2プリンスビル5F
*tel.*047-160-2031



RINKA HIROSE

広瀬 梨花 ／ FUKURO フクロウ

*add.*千葉県船橋市西船4-21-4 平野ビル2階・3階
*tel.*047-407-1413



NANA

ナナ ／ JD's Club ジェイディーズクラブ

*add.*千葉県船橋市本町4-1-15 快美壱番館4F
*tel.*047-422-1717



SAYA

さや ／ New Club 志留久 ニュークラブ シルク

*add.*千葉県市川市南八幡4-5-12 アロー本八幡ビル2F
*tel.*047-370-4693



AZUSA

あずさ ／ Club Azul アスール

*add.*埼玉県所沢市松葉町1-5 新所沢ACビルB-1
*tel.*04-2991-2870

このリストはエリア別、店名の五十音順で掲載しております。※2018/06/25までの掲載キャストになります。



RINO NANASE

七瀬 りの / New Club AfterRoom ニュークラブ アフタールーム

add. 東京都世田谷区南烏山6-4-2 第2烏山KSビルB1F
tel. 03-5315-5930



RIRI

りり / SEASIDE-IKEBUKURO- シーサイド イケブクロ

add. 東京都豊島区東池袋1-4-2 三経33ビル5階
tel. 03-6915-2286



CHIYO

ちよ / Shiny シャイニー

add. 東京都杉並区高円寺南4-26-12 福丸ビル3F
tel. 03-6383-1101



YUI

ゆい / Shiny シャイニー

add. 東京都杉並区高円寺南4-26-12 福丸ビル3F
tel. 03-6383-1101



SORA

ソラ / シルクロード

add. 東京都品川区東五反田1-17-7 新大宗ビル2F
tel. 03-3444-9355



RIN

りん / シルクロード

add. 東京都品川区東五反田1-17-7 新大宗ビル2F
tel. 03-3444-9355



AZUSA

あずさ / CLUB D クラブ ディー

add. 神奈川県川崎市川崎区砂子2-3-12 第40東京ビルB1F *tel.* 044-201-6817



MII KATSURAGI

葛城 みい / Club Petit クラブ プティー

add. 神奈川県横浜市中区長者町8-132-10 サミタス横浜ビル3F *tel.* 045-242-7856



MIA KANZAKI

神咲 美逢 / Club Rich yokohama クラブ リッチ ヨコハマ

add. 神奈川県横浜市中区伊勢佐木町2-84 パレスガーデンビルB1F *tel.* 045-308-7677



SHIZUKA

しずか／ZOO TOKYO ズートウキョウ

*add.*東京都港区六本木5-5-1 六本木共同ビル(ロアビル)s10F *tel.*03-5770-3211



CHIHARU

ちはる／美人茶屋 離宮 ビジンチャヤ リキュウ

*add.*東京都港区六本木3-10-9 三経28ビル1F
*tel.*03-6440-9318



MANATSU

まなつ／美人茶屋 離宮 ビジンチャヤ リキュウ

*add.*東京都港区六本木3-10-9 三経28ビル1F
*tel.*03-6440-9318



RAN

蘭／美人茶屋 六本木 ビジンチャヤ ロッポンギ

*add.*東京都港区六本木3-14-11 ケントスビル7.8.9F
*tel.*03-5772-0666



MAYU

まゆ／CLUB CAREER クラブ キャリア

*add.*東京都千代田区内神田3-13-3 タチバナビル3F
*tel.*03-5298-8825



YUA

夢亜／CLUB KING クラブ キング

*add.*東京都足立区千住3-36 桝屋ビル3F
*tel.*090-9805-5486



NINA

にいな／CLUB KING クラブ キング

*add.*東京都足立区千住3-36 桝屋ビル3F
*tel.*090-9805-5486



UNO

うの／Invitation インビテーション

*add.*東京都港区赤坂3-7-17 UFビル2 5F
*tel.*03-3505-5281



ERIKA

えりか／LUXURY FLOOR XING
ラグジュアリー フロア シン

*add.*東京都三鷹市下連雀3-37-38 城西三鷹ビル2F
*tel.*0422-24-8799

このリストはエリア別、店名の五十音順で掲載しております。※2018/06/25までの掲載キャストになります。

KABUKICHO



SARA HANASAKI

華咲 沙羅 / Noir Luxaxe ノアール リュクセ

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-9-1 ソフィア3ビルB1F
*tel.*03-6233-8938

KABUKICHO



YUA MIZUSHIMA

水嶋 ゆあ / PROUDIA プラウディア

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-26-3 互福ビル1F
*tel.*03-3232-6572

KABUKICHO



MIZUKI KURODA

黒田 みづき / REALE リエール

*add.*東京都新宿区歌舞伎町1-4-12 宮田ビル1F
*tel.*03-6233-7308

KABUKICHO



RIN SHIRAYUKI

白雪 りん / RETICE レイティス

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-26-3 互福ビル1F
*tel.*03-6457-3901

KABUKICHO



HINA AMATSUKA

天使 ひな / revju レヴュー

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-10-7 ダイヤモンドビルB2F
*tel.*03-5155-9577

KABUKICHO



SAYA

さや / revju レヴュー

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-10-7 ダイヤモンドビルB2F
*tel.*03-5155-9577

KABUKICHO



MIU TSUBAKI

椿 美羽 / revju レヴュー

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-10-7 ダイヤモンドビルB2F
*tel.*03-5155-9577

KABUKICHO



URARA AIKAWA

愛川 うらら / VEROUGE ヴェルージュ

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-10-8 サンライズビルB1F
*tel.*03-6302-1231

ROPPONGI



RIKO MOCHIZUKI

望月 りこ / LIBRET リブレット

*add.*東京都港区六本木3-8-18 三経41ビル1F
*tel.*03-5412-0505



HINA MIZUKI

水樹 ひな / FOUR SENSE フォーセンス

*add.*東京都新宿区歌舞伎町1-3-11 梅村ビル2F
*tel.*03-3232-6560



ELI AYASE

絢瀬 えり / Fourty Five 45 フォーティーファイブ

*add.*東京都新宿区歌舞伎町1-9-6 三経32ビルM2F
*tel.*03-5155-5245



NAMI KANZAKI

神崎 七海 / Fourty Five 45 フォーティーファイブ

*add.*東京都新宿区歌舞伎町1-9-6 三経32ビルM2F
*tel.*03-5155-5245

お気に入りの女の子は
載ってるかなぁ～？

女の子50名をピックアップ!!

UP GIRL

ルラインでは約1500名の女の子達を掲載中！
載っていない子もルラインからCheckしてみてね！

composition: KAHO / design: asu



YUME KAZUKI

華月 夢 / Gentleman'z club ジェントルマンズクラブ

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-10-7 ダイヤモンドビルB1
*tel.*03-5155-5399



NICO SAKURABA

桜羽 にこ / Jelight ジュライト

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-10-4 ジェストビルB1F
*tel.*03-6205-5918



RENA ICHINOSE

一ノ瀬 れな / KINGDOM QUEEN キングダムクイーン

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-26-3 互福ビル2F
*tel.*03-3209-5643



RIN AINE

愛音 りん / LUIAGUE リュアーグ

*add.*東京都新宿区歌舞伎町1-10-8 台湾同郷協同組合ビル1F&2F *tel.*03-6228-0315

このリストはエリア別、店名の五十音順で掲載しております。※2018/06/25までの掲載キャストになります。



KABUKICHO

YUKIHA

雪羽 / AMATERAS アマテラス

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-23-12 チェックメイトビルB1 *tel.*03-3204-1248



KABUKICHO

UMI NANJO

南條 うみ / azian club アジアンクラブ

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-10-1 石黒商事ビルB1F
*tel.*03-3202-4443



KABUKICHO

MAYO ANNO

塩野 まよ / DEAREST ディアレスト

*add.*東京都新宿区歌舞伎町1-3-15 ザ・カテリーナビルB1
*tel.*03-6457-3505



KABUKICHO

MIKI

みき / Donfin ドンフィン

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-25-2 荒生ビル2F
*tel.*03-3202-3334

ルラインに掲載している夏生まれの

in LOVE 2018/SUMMER P!CK

東京・神奈川・埼玉・千葉の全てのエリア大集合！inLOVEが自信を持ってオススメする女の子を一挙に公開しちゃいます♡



KABUKICHO

LUNA YAGAMI

夜神 月 / Donfin ドンフィン

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-25-2 荒生ビル2F
*tel.*03-3202-3334



KABUKICHO

YUNA

ゆうな / Donfin ドンフィン

*add.*東京都新宿区歌舞伎町2-25-2 荒生ビル2F
*tel.*03-3202-3334



KABUKICHO

RUMI HAZUKI

葉月 瑠実 / FOUR SENSE フォーセンス

*add.*東京都新宿区歌舞伎町1-3-11 梅村ビル2F
*tel.*03-3232-6560

2018. SUMMER

PICKUP MENU



HAND ¥4,190~　FOOT ¥5,990~

掲載デザイン以外にもデザインは多数ございます。

／NAIL 03／

BLUE FRENCH

イチオシ
ネイル！



ブルーフレンチの爽やかネイル

深めのフレンチはネイルパーツの置き方ひとつで一気にオシャレなネイルに♡涼しげなカラーとシェルパーツが夏にピッタリ♪





／NAIL 04／

BLUE EXOTIC

イチオシ
ネイル！



エキゾチックな雰囲気に夢中♡

トレンドのリーフホロを使ったモロッコネイルは今季オススメ！ハンドとフットでデザインは違っても、カラーでリンクさせると統一感がでてオシャレに。

Nail Art

ペディキュアだってバッチリ♡



夏のにいなは

足元にもこだわります★



／NAIL 02／

PINK NUANCE

イチオシネイル！

ベーシックだけど個性的

今海外でも流行っている、ワントーンでまとめたシンプルな単色ネイル。ワンポイントで、クリアベースにピンクとゴールドを組み合わせると個性的で周りと差がつく♡



Supervised by abbie

CLUB KING にいなが紹介

inLOVE Summer Nail

夏本番!ネイルが可愛くないと気分もあがらない♡
どんなファッションにも合う王道ネイルをCheck!

Model.NINA Shop.CLUB KING / tokyo

photos : toyo / styling : Ai,Kaho / photo retouch : Komine / design : Yuma Kudo



／NAIL 01／

WHITE TREND

イチオシネイル!



トレンドたっぷりのシンプルネイル

綺麗めネイルで落ち着かせるだけではつまらない！天然石風の柄と、スタッズを組み合わせるだけでどんな夏イベントにもマッチするトレンドネイルに。



NAME
にいな

SHOP
CLUB KING

BIRTH DAY
1996.7.11

BLOOD TYPE
O

model NINA



ドレスを作ってるって聞いたけど…それについて教えて！

ドレスブランドを作ったきっかけは、デイジーストアさんのモデルをやらせて頂いていて私が着用したドレスが異常に売れたから。「いっその事自分で作っちゃえば?」って言われたのがきっかけ。(笑)

ドレスはこれから発売する予定なんだけどどのドレスにも、ブランドの名前になっているリボンがモチーフでついているのが特徴。

今回の撮影でも着ているグリーンと黒のドレスが私が作ったやつだよ。シンプルなものが好きだから、ビジューとかは一切なし。だから、着やすいアイテムが多いの♡

私が譲れないポイントは、値段は安く、だけどクオリティは高く。だから価格帯は五千円くらいでみんなが買いやすい値段を意識してます。

まねっこしてもらうのが好きだから、みんなに買って着て欲しい♡

最後に今後の目標を♪

私は一般人だけど、これからいろいろ挑戦してみたい。ある意味、有名になりたい！

今はキャバドレスを作ったりしているけどアフタヌーンティーとかオシャレカフェも好きだから、そういう所にも着ていけるようなお上品なワンピースも今後は作ろうと思ってるんだ♡

キャバクラをやっている女の子達はもちろん普通の女の子達からも好かれたいなぁ。

あと美容系にも興味があるの。私ってズボラっていうかめんどくさがりだから、どうしたら簡単に上手く痩せられるかな?って日々真剣に考えてるのね(笑)

女子力高い子は、すごく意識が高くてエステに通ったり、毎日ジムに行ったりとか…。みんながみんなそうじゃないし、私はそんなの絶対無理だから、簡単に痩せられる方法を一生懸命研究したいし、みんなに教えたい。

女の子がかわいくなるのに協力したいし、一緒にかわいくなりたいし、その力になりたい！

一緒に進んでいくのが私の目標♡



LONG INTERVIEW

ロングインタビュー　ここでしか聞けない、まりんのこと♡

キャバ嬢になろうと思ったきっかけを教えて♡

お金が欲しかったからです。(笑)

自分でいろんなものを買いたかったんですよね。初めて夜で働いたのは十九歳の時で、六本木のラウンジでした。途中でキャバクラにスカウトされたんですけど、その時丁度愛沢えみりさんを知って、すごくキラキラしていて。「あ、キャバクラってキラキラしてるのかな」と思って私もやってみたくなった。だから、えみりさんがきっかけです♡

憧れでもあったから、その時えみりさんが持っていたミュウミュウのバッグと、えみりさんが着ていたドレスを買ってお揃いにしたり。

ラウンジは服装が自由で私服だったり、ヘアメイクさんがいなかったんだけど、キャバクラは綺麗なドレスが着れたり、髪型をかわいくしてもらえるから、テンションがあがる。だから新鮮でキラキラした自分になれるのがすごく嬉しかったです！

キャバ嬢になって良かったことは？

キャバクラは普段出会えない人とも出会えるから、圧倒的に出会いの幅が広がった。もしも、私がキャバ嬢じゃなくて普通の女の子だったら絶対に行けていない場所に行けたり、他にもいろいろな経験ができているから、本当にキャバ嬢になって良かったなって思います♪

私は絶対ラウンジよりキャバクラが好き♡ヘアメイクして、ドレス着てる方が非日常的で楽しいの！だってこんな露出狂みたいな格好、日常で絶対にできなくない？(笑)

ナイスボディのまりんちゃん。スタイルキープの秘訣は？

やばいなぁ。なんもやってない、どうしよう。(笑)

でも私、ほんとたくさん食べちゃうし、水も大っ嫌い！前のお店は水で乾杯をしてたから、その時は水を飲むチャンスだと思って飲んでたぐらい。いつも飲んでるのはカフェオレだし、ダイエットとは無縁なの。(笑)

運動はエニタイムフィットネスを契約したけど…私ズボラなんで、まぁ続きませんよね。

行き始めの頃は、自分でメニューを作って五時間とか筋トレやってたけど筋肉痛がまったくこなくて、それじゃ意味ないなって思って、パーソナルトレーニングに変えてみたの。そうしたら一時間やるだけで次の日めっちゃ筋肉痛がすごくて、「なにこれ！」ってビックリ。さすがにお金払うだけあるなって思った。(笑)

みんなもせっかくジムに行くなら、お金払ってでも自分に合ったメニューを作ってくれるパーソナルトレーニングの方が絶対いいと思う！

あとは参考にはならないかもしれないけど、ショークラブでゴーゴーダンサーをやっている時は十四センチヒールを履いて立ちっぱなしの時があって、その次の日は絶対筋肉痛がくるから、もしかしたらそれがスタイルキープできてる秘訣なのかも♡

十四センチヒールとまでは言わないけど、普段からヒールを履いてれば自然と筋肉つくと思うな。ヒールはスタイル良く見えるし筋肉つくしオススメ♡

LLECTION♡

勤ドレスを紹介！





DAY 3
pink dress

Andy

素材と装飾がお気に入り！ウエスト部分の色が濃くて、引き締まって見えるからスタイルが良く見える♪いろんなカラーがあるけど、ピンクが一番かわいい♡

DAY 4
green dress

charmant.ribbon

シャルマンリボンのドレスは全部リボンモチーフになっているのがポイント！
このドレスもお腹のチラ見せとリボンで大人かわいく着られちゃうオススメドレス♡

DRESS CO

今お気に入りの出



DAY 1
beige dress

dazzy store

すごく安いのに安く見えない優秀なドレス♡高級店で働いていると有名ブランドを着る子が多くて、その分被るから、私は安くて良い物を見つけて着てるよ♪



DAY 2
black dress

charmant.ribbon

私がプロデュースしてるドレスブランドシャルマンリボンのドレス！オフショルになっているのがポイントで、腕にタトゥーがあっても隠れるように作ったの♪

大接近



今、気になるキャスト

六本木VENETIAN TOKYOの
人気キャストがinLOVEに初登場♡

まりんに it Girl!

1.

まりんのお気に入りドレスを紹介♡

DRESS COLLECTION

ドレスモデルも務める、まりんお気に入りの
スタイルアップが叶う出勤ドレスを紹介♡
人気キャバ嬢になるためのこだわりポイントも大公開♪

2.

ロングインタビュー！ここでしか聞けないお話も！

LONG INTERVIEW

キャバ嬢を始めたきっかけは？スタイルキープの秘訣は？
inLOVEでしか聞けない
「ここだけの話」をたくさん聞いちゃいました！



Model.MARIN Shop.VENETIAN TOKYO/roppongi
photos：Takayuki Takeda / styling：Ai,Kaho
hair&make-up：Jun Hieda / photo retouch：BJ / design：Yuma Kudo

＼ HOW TO RED MAKE ／

華やかさのあるツヤ女になりたいなら断然「赤」。

濃い目のリップはやめられない！ 顔にメリハリがなくなるのは嫌！ そのこだわりは捨てなくてOK！
プロのヘアメイクが教えるポイントとコスメだけ押さえれば、トレンド顔に簡単アップデート♡

MAKE UP ITEM

A Diorスキンフラッシュ001
透明感を出すなら、ベースからハイライトをしっかりと！ 目の下、頬、口角、小鼻のわきと色々な箇所に使え、カバーしたい部分にはコンシーラーに+αでのせれば光の錯覚でキレイに見せられる！

B NARSハイライティングブラッシュパウダー
上品なツヤ感とNARSならではの発色の良さが肌をつややかに仕上げます。パールアイテムは写真で色が飛びがちですが、発色もキレイなのでSNS映えもする優秀アイテム◎







MAKE POINT

❶ツヤと透明感を出す為に、化粧水でしっかり保湿をしてファンデーションは薄めに。❷ピュアゾーンにハイライトをしっかりと。❸チークは透明感が出やすいクリームタイプがオススメ。スポンジか指で頬の中心より高めに塗ろう♪上からパウダーチークで微調整をするとより自然になるよ。❹リップは中心部分から塗り左右にじわーっと赤色が広がるように。塗りすぎは透明感が無くなるので注意！



こんなアイテムもオススメ♡
CATCH UP ITEM

C YVES SAINT LAURENT ルージュヴォリュプテシャイン4 ルージュバレー
発色の良さと溢れ出るツヤで、ふっくらジューシーリップが手に入る♡

D visee リップ＆チーククリーム RD-1
内側から滲み出るような自然な血色感でとろけるような、なめらかなツヤ肌に。





azian club

REMI × RED

SUMMER TREND MAKE

03

ツヤ感たっぷりの生メイクと赤リップで
大人の女っぷりUP計画♡

メイク1つ変えるだけで、女の子はいつもと違う自分に出会える。
azian club 在籍の人気キャスト、れみが大人の色っぽメイクに挑戦♡

Model.REMI　Shop.azian club/shinjuku

＼ HOW TO PINK MAKE ／

かわいくセクシーフェイスになるなら「ピンク」がマスト！

**かわいいだけのピンクはもう終わり！これからはピンクで色っぽくならなきゃ！
プロのヘアメイクが教えるポイントとコスメを押さえて、エロカワな自分にシフトチェンジ♡**

MAKE UP ITEM

**A　Diorアディクト リップ
マキシマイザー ニュールック サマー**
ピンク系カラーとの相性が合う夏イチオシコスメのブルーグロス。リップカラーを塗る前に使うと唇が滑らかになりボリュームUP！口紅の上から重ねれば、ツヤがプラスされ、大人の魅力溢れる唇に♡

**B　LAURA MERCIERフェイス
イルミネーター ディボーション**
ツヤ肌メイクするにはピッタリのパウダー。発色が良く、光を多方面から反射させる事で肌の色がパッと明るくツヤツヤになれちゃう♪フェイスパウダー、ハイライト、チークカラーとマルチに使える優れもの！

今回使用したアイテムはコレ！







MAKE POINT

❶アイメイクは血色を引き立てる為アイシャドーをアイホールにツヤ感のあるベージュをのせて、目のキワにゴールドをのせる。❷リキッドアイライナーで睫毛の間を埋めるように細く描き目尻は少し長めに流すように。❸眉毛は目と平行で気持ち長めに、パウダーでふんわり眉にするのがポイント。❹下瞼は涙袋を作り、目尻にはピンクをほんのりのせて目元に抜け感を演出。❺グロスを唇の部分に塗り、立体感出すと色っぽさUP♡



こんなアイテムもオススメ♡

CATCH UP ITEM

C　Diorサンククルール657
粉っぽさが一切なく、肌に馴染み一体感を生んでくれるアイシャドー。発色もバッチリで、明るい色を目のキワにのせるだけで華やかな目元に。





**D　LAURA MERCIER
シークレットコンシーラー3**
乾燥しがちな目元用の保湿力の高いコンシーラー。やわらかいテクスチャーなので伸びが良く均一な肌に。ブラシで気になる部分にのせて、指で軽く叩くように馴染ませるだけでOK♪

A Tokyo MIHO×PINK



SUMMER TREND MAKE

02

かわいいじゃ、もうつまらない
大人の色気はピンクで叶える♡

王道カラーの血色メイクでナチュラルセクシーフェイスに！
エース東京に在籍する不動の人気キャスト、望月美穂が血色生メイクに挑戦♪

Model.MIHO MOCHIZUKI Shop.A Tokyo/roppongi

＼ HOW TO ORANGE MAKE ／

夏らしい色っぽさを演出するなら絶対「オレンジ」。

元気カラーのオレンジも、こう使えば爽やかな大人おフェロに♡
プロのヘアメイクが教えるポイントとコスメを押さえて、新しい自分に出会おう！

MAKE UP ITEM

A　ESTEE LAUDER ダブルウェア
肌をサラリと滑る感触でなめらかな付け心地でセミマットな美しい仕上がりに♡メイク直しゼロで、長時間美肌を保ってくれる優れもの！指で肌に馴染ませた後スポンジで叩き込むと◎

B　ESTEE LAUDER ピュアカラー クリスタルリップスティック
透明感とクリアな発色を持ち合わせたリップスティック。ひと塗りするだけでツヤ感がしっかり出てふっくらと立体的な唇に仕上げてくれます。

今回使用したアイテムはコレ！







MAKE POINT

❶ベースは透明感を出しつつカバーもしっかりしてくれるエスティーローダーのダブルウェアで基礎作り。❷チークは、中からじゅわっと溢れ出るような血色感が必須なので練りチークがオススメ。❸細かい粒子のラメが入ったパウダーをおでこ・チーク部分・鼻筋・あご先にふんわりのせると、さらに透明感UP♡❹リップは抜け感を出す為に、ベースはベージュオレンジ系で中心部のみレッド寄りのピンクをのせてみて♪❺最後に透明のグロスを少しオーバーリップにのせて（特に上唇の山部分！）フェロモン系のウルウルリップに♡



こんなアイテムもオススメ♡
CATCH UP ITEM

C　Lip Addict 213ジュエル
リップの上から塗って透明感をプラスするのはもちろん、乾燥による唇のカサツキを防ぎ美しく理想的に保ってくれる、1本は持っておきたいグロス。若々しくセクシーな唇にしてくれる優れもの♡

D　Guerlain メテオリット ビーユ
ブラシでふんわりとパウダーをのせるだけで繊細なパールがきらめきと上品なツヤを演出。カラフルなボール状パウダーが自然と肌色を調整してくれるので、肌がパッと明るくなり華やかな印象に！





ZOO minami

RIONA × ORANGE

SUMMER TREND MAKE 01

夏らしい爽やかおフェロになるなら
甘すぎないオレンジ系メイクに♡

こんな季節だからこそ、いつもと違うメイクでみんなをドキッとさせちゃおう！
ZOOミナミ在籍の関西を代表するキャバ嬢、一條りおなが夏フェロメイクに挑戦★

Model.RIONA ICHIJO　Shop.ZOO/minami

SUMMER
TREND MAKE



RIONA MIHO REMI

今年の夏は、ツヤ感たっぷり「生メイク」にTRY

一條りおな、望月美穂、れみの3人がツヤッ♡じゅわ〜♡な色っぽかわいい顔に大変身！
生メイクにオススメのコスメや、メイクポイントも一挙大公開しちゃいます♪

photos：toyo, Takayuki Takeda ／ styling：Ai, Kaho ／ hair&make-up：Jun Hieda ／ photo retouch & design：Komine

LuLINE Magazine 通信♡

第2弾

ルラインマガジンは
美容・ファッション・トレンド情報をお届け！
それだけでなく、キャバ嬢のアレコレ、
ナイトワーク事情を徹底調査し、発信しているメディアサイト♡
そんなルラインマガジンの一部分をインラブにてご紹介しちゃいます♪

第2弾のLuLINE Magazine通信は…

キャバ嬢ピックアップ
連載にも掲載！
YouTuberとしても有名な
椿そらちゃんを調査♡



Gentleman'z Club 椿そらちゃん

さらに！ピックアップ連載のライター
謎のキャバ嬢オタク「くらりん」も紹介★



SORA TSUBAKI

PICK UP

キャバ嬢YouTuberとして話題！
椿そらちゃん

ドレスブランド、メゾン ド ボーテのモデルさん♡



PROFILE

Name：椿 そら（つばき そら）
Shop：歌舞伎町 Gentleman'z Club
Instagram：sora.gentlemanzclub
Twitter：soratubakiraso

YouTuber 椿そらちゃん

椿そらちゃんは夜歴13年の経験を
活かした動画を多数投稿！
なかには結構過激な動画も…♡
見てみる価値あり!!
椿そらちゃんのYouTubeは
「おそらTV」で検索★



執筆ライター：キャバ嬢オタクライターくらりん

三度の飯よりキャバ嬢を愛す謎多き
「キャバ嬢オタクライターくらりん」がいるのは
ご存知でしたか⁉

キャバ嬢オタクライター
くらりんって何者⁉

PROFILE

Name：くらりん
Sex：三度の飯よりキャバ嬢を愛す女の子
Job：ルラインマガジン専属 キャバ嬢オタクライター
Specialities：繁華街でキャバ嬢を見かけると
どの店舗のキャバ嬢か当てることができる。
Comment：キャバ嬢のことなら宇宙一詳しい！
現役キャバ嬢時代には未経験にもかかわらず
アフターせず入店初日から辞める日まで
毎日指名客を店に呼んでいた。

イメージキャラクター



LuLINE Magazine

リアルナイトマガジン https://luline.jp/magazine/

記事をもっと詳しく見たい方はコチラから♡

ルラインマガジン

MOTE FASHION

王道モテファッションで女の子の特権を使い尽くせ♡
モテるオンナの合コンコーデ。



Tops : Apuweiser-riche

薄いピンクより濃いピンク

薄いピンクだと全体的にふんわりしすぎてしまうので濃い色のトップスで引き締め♪トレンドのオフショルは外せません！

Skirt : Apuweiser-riche

揺れアクセサリーは必須！

洋服と合わせた色味のピアス。
女性らしさを感じさせるアイテムで男心をキャッチ。

Accessory : Apuweiser-riche

女の子が１番可愛く見えるフレアスカート

花柄×フレアスカートで女の子らしさ全開！大人っぽい花柄を選ぶと上品なイメージに。

Bag : SAMANTHA THAVASA

バッグでバランス調整★

バッグまで白〜ピンク系にしてしまうと甘すぎる！かごバッグで全体の甘さを抑えて♪

Shoes : JUSGLITTY

上品で控えめな王道モテ女アイテム

いきなり高いヒールを履いていくと気合が入って見えるからヒール無しが◎

MOTE MOVIE

合コンで男の子が本気でドキッとする女の子って？
ギガモテ女をムービーでCHECK!!



Check!

GIGAMOTE PARTY
presented by LuLINE

QR コードを読み込むと動画が見られるよ！

GIGAMOTE.4

見つめるオンナ

オフショル・ピンク・フレアスカートが揃えば、男の子の「カワイイ」は頂きます。
合コンだったら狙いすぎくらいが丁度良くない？



GIGAMOTE
ギガモテ講座
#PARTY編

MOTE FASHION

大人なネイビー×甘いフルーツ柄で媚びてない可愛らしさを演出。
モテるオンナの浴衣コーデ。



YUKATA : earth music&ecology

人と被らないフルーツ柄浴衣

可愛さはもちろんだけど人とは被りたくないモテ女が選ぶ浴衣はこれ。彼の記憶に残る事もポイント♡

OBI : KIMONOMACHI

柄と合わせた帯色でセンス良く

帯色に悩んだら、柄の色と合わせてみると◎ 浴衣が主張する分、帯はシンプルに♪

Bag : Jewelna Rose

浴衣 × かごバッグで新定番コーデ

浴衣にかごバッグを合わせると爽やかな雰囲気に。バッグのデザインも浴衣のネイビーに合わせるとおしゃれ上級者♡

MOTE MOVIE

お祭りで男の子が本気でドキッとする女の子って？
ギガモテ女をムービーでCHECK!!



Check!

GIGAMOTE YUKATA
presented by LuLINE

QR コードを読み込むと動画が見られるよ！

GIGAMOTE.3

抜け感オンナ

夏の風物詩、浴衣。1年に1度しかないチャンスは「うなじ × 素肌」でモテ美人。
浴衣オンナの中でもセンスが無きゃ目立たないでしょ？



MOTE FASHION

程よい肌見せとトレンドファッションでフェス1の注目を浴びよう♡
モテるオンナのフェスコーデ。



Accessory : FOREVER21

揺れるピアスで女度UP

フェスでもモテるアイテムは外せない！大きめのピアスで小顔効果も。

Cardigan : DHOLIC

程よい肌見せで男心をくすぐる！

かぎ編みのカーディガンをはおって露出のしすぎを回避★

Swim wear : Ungrid

派手なカラーで注目度バツグン!!

コーデの中でひとつのアイテムだけ派手なカラーを入れるとやりすぎてない、おしゃれフェス女子に★

Swim wear : corada

トレンドアイテム投入♪

水着だけど洋服みたいな感覚で着られるニットクロシェの水着は男ウケ間違いなしの今年のギガモテアイテム！

Bottoms : MURUA

フェスの鉄板ファッションアイテム

デニムショートパンツは超重宝！丈が短めの物をチョイスすると足が長く見える♡

Shoes : DHOLIC

動きやすいぺたんこがフェス向き！

編み上げのサンダルでトレンドも意識しつつ好きなだけはしゃげちゃう動きやすさ重視のサンダル♪

MOTE MOVIE

夏フェスで男の子が本気でドキッとする女の子って？
ギガモテ女をムービーでCHECK!!



Check!

GIGAMOTE FES
presented by LuLINE

QR コードを読み込むと動画が見られるよ！

GIGAMOTE.2

弾けるオンナ

フェスの時ならは露出も気にならない！みんな派手だから負けたくないもん♪
テンションが上がって開放的な時こそ、仲良くなるチャンスだよね？

GIGAMOTE
ギガモテ講座
#FES編



MOTE FASHION

BBQだからってTシャツ・デニム・スニーカー？絶対ありえない♡
カジュアルな中にも女の子らしさを忘れない、モテるオンナのBBQコーデ。



Hat : Narcissus

アウトドアに帽子は必要不可欠！

トップスや靴に合わせてリボンも黒で合わせるとコーデにまとまりが出るよ。

Accessory : Ron Herman

トレンドのシルバーアクセサリー

メンズライクなアイテムをあえて投入する事でワンランク上のおしゃれさんに。

Skirt : Mila Owen

**夏だからこそ着たい
カラーアイテム**

青空の下で映えるイエローがアウトドアにはピッタリ!! 明るく女の子らしい印象を与える事間違いなし。

Tops : DHOLIC

**メンズライクなトップスが逆に
かわいい！**

トップスに女の子らしいアイテムを持ってきてしまうとやりすぎ感がでるので、ここではシンプルが◎

Bag : SERPUI MARIE

夏と言えばやっぱりかごバッグ

+αのデザインが、センスの良さをアピール！カンカン帽とかごバッグはモテ女の夏の必須アイテムかも・・・!?

Shoes : FABIO RUSCONI

**動きやすいけど可愛い
ウェッジソール**

気の利く女が選ぶ靴は動きやすいけど可愛い靴。ソール部分はコルクがトレンドっぽくておススメ♡

MOTE MOVIE

バーベキューで男の子が本気でドキッとする女の子って？
ギガモテ女をムービーでCHECK!!



Check!

GIGAMOTE BBQ
presented by LuLINE

QR コードを読み込むと動画が見られるよ！

REALE 雨音ゆずの

ギガモテSummer

夏…出会いたい、恋したい。女の子だからやっぱり可愛く見られたい。
一度しかない夏。リアルに男性がドキッとする4パターン！アナタはこの夏“どんな女”になる？

Model. YUZU AMANE Shop. REALE / shinjuku styling : YOTA / hair&make-up : Chie / movies : Yamaoka, Ban / photo retouch & design : Komine

GIGAMOTE.1

気が利くオンナ

「女の子のあざとさ＝男の子にとっての気配り」モテる女子は気が利くオンナ。
アピールチャンスは、どこに転がってるか分からないでしょ？

GIGAMOTE
ギガモテ講座
BBQ編





Model.YURINA OGATA Shop.club Remane/shinjuku

#ワンピース

SWIM WEAR

千鳥柄×ワンピースが
レトロかわいい

今年はモノトーンカラーの水着もトレンド。
ボリューミーなフリルと千鳥柄で
インスタ映えバッチリ！
気になるお腹回りも隠せちゃう優れもの。

swimwear : L.B.C select

yurina



#ビスチェ

自然とオシャレに見えちゃう
レースアップビスチェ

太陽の下で映える事間違いなし☆
レースアップ、フリルなど女の子が喜ぶ
要素たっぷりのビスチェタイプの水着。
ショートパンツ無しでもかわいい2WAYタイプ！

swimwear : leader shop





Model.SORA TSUBAKI Shop.Gentleman'z club/shinjuku



Model.HOZUMI KAMISAMA　Shop.LUIAGUE/shinjuku

#スカラップ

SWIM WEAR

無条件でインスタ映えのトレンドビキニ

スカラップデザインとリボンモチーフが
女の子らしさを無条件で引き出してくれる♡
ハイウエストタイプだから
スタイル UP 効果もばっちり。

swimwear : Chuu





トレンドをおさえた可愛い水着を大特集♡

SWIM WEAR

今着るべき水着は「#インスタ映え」する水着

夏の主役はスポットでもグッズでもなく自分自身！
神様ほずみ・椿そら・緒方友莉奈がCUTEにPOPに紹介します♡

Model.HOZUMI KAMISAMA / SORA TSUBAKI / YURINA OGATA

photos : Nobuyuki Sasaki, Takayuki Takeda / styling : Ai, Kaho
hair&make-up : Jun Hieda / photo retouch : Sayaka Nakazono / design : Komine

LuLINE NEWS!!

この度LuLINEから**姉妹サイト**が登場♪
その名も…

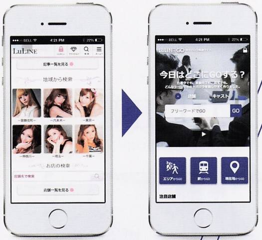
LuLINE GO

男性の為に作られた
キャバクラ検索サイトLuLINE GO（ルライン ゴー）

仕事中でも移動中でも自宅でも
どんなシーンでもキャバクラを探しやすくなりました。
さぁ、あなたはどこにGOする？

GO POINT1

男性に嬉しい！シンプルなデザイン



GO POINT2

見やすい！キャバクラ情報のみ掲載

余計な情報は掲載しておらず、本当に必要な情報のみなので
わずらわしさ0！見やすさ・操作のしやすさにこだわりました！



GO POINT3

検索も便利！探し方いろいろ

お得なクーポンや、好きなジャンルのお店
その日にやっているイベントなどもチェックできちゃう！

エリア　駅　キャスト　クーポン　ジャンル　イベント　閲覧履歴

2018 SUMMER CAST RANKING TOP10

"キャバ嬢として心がけている事は？"

06 RANKING



YUI SAKURAGI

桜木 結

身なりを綺麗にし、身体を整える事を欠かさない！

Fourty Five 45

東京都新宿区歌舞伎町 1-9-6 三経 32 ビル M 2F
☎03-5155-5245

07 RANKING



MARIN NAGISA

渚 まりん

心身共に常に健康でいる事★

Gentleman'z club

東京都新宿区歌舞伎町 2-10-7 ダイヤモンドビル B1
☎03-5155-5399

10 RANKING



ICHIGO AMAI

天癒いちご

お客様がどんよりしててもお店を出る時には
笑顔になってもらえるように心がけてます♡

AMATERAS

東京都新宿区歌舞伎町 2-23-12 チェックメイトビル B1
☎03-3204-1248

ナイトポータルサイト

LuLINE

https://luline.jp/



LuLINE（ルライン）は、
ナイト業界を「安心」「安全」に変えていく
「ReNight（リナイト）」というコンセプトをもとに
多方面にサービスを展開。
おしゃれに、可愛くナイト業界を盛り上げます。

次回ランキングをお楽しみに！

2018 SUMMER CAST RANKING TOP10

"キャバ嬢として心がけている事は？"

04 RANKING



EMIRI AIZAWA

愛沢えみり

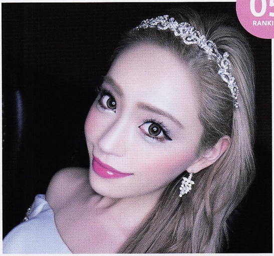
接客という仕事なので、どんな時でもお客様とは明るくいる事！おもてなす気持ちを大切にしてます♡

Fourty Five 45

東京都新宿区歌舞伎町 1-9-6 三経 32 ビル M 2F

☎03-5155-5245

05 RANKING



KIYOMI

きよみ

1人1人のお客様に全力でおもてなしをして、感謝を伝えています♡ドレスとヘアメも毎日違うものにしていつでも綺麗に♪

azian club

東京都新宿区歌舞伎町 2-10-1 石黒商事ビル B1F

☎03-3202-4443

08 RANKING



RIKO AMAMI

天海りこ

お客様が何を求めるか勘良く察知する事を心がけています！自分に似合ったメイク･髪型･ドレスを選ぶ事も大切だと思います♡

Donfin

東京都新宿区歌舞伎町 2-25-2　荒生ビル 2 F

☎03-3202-3334

09 RANKING



YURI NAGAHISA

永久ゆり

いつも笑顔でいる事♡♡

DEAREST 六本木

東京都港区六本木 3-13-14　ゴトウビルディング 3rd 2F

☎03-6459-2167



感情に振り回されない事、いつも笑顔でいる事。
自分自身もキャバ嬢を楽しむ事♡

HIBIKI ICHIJYO

一条響

RANKING No.2

Fourty Five 45

東京都新宿区歌舞伎町 1-9-6 三経 32 ビル M 2F
☎03-5155-5245

売れる為に心がけていた事は
“売れてなくてもできる事をする”事です!

MEI HAZUKI

葉月芽生

RANKING No.3

美人茶屋 六本木

東京都港区六本木 3-14-11 ケントスビル 7.8.9F
☎03-5772-0666

インタビューテーマは「キャバ嬢として心がけている事は?」

KING TOP 10

RANKING No.1

インラブに天使が舞い降りた♥



決めた出勤日は休まずに、お店にいく事を心がけています♪

KAREN AMATSUKA

天使かれん

Fourty Five 45

東京都新宿区歌舞伎町 1-9-6 三経 32 ビル M 2F　☎03-5155-5245

composition: Kaho / design: Ryoko Shimizu

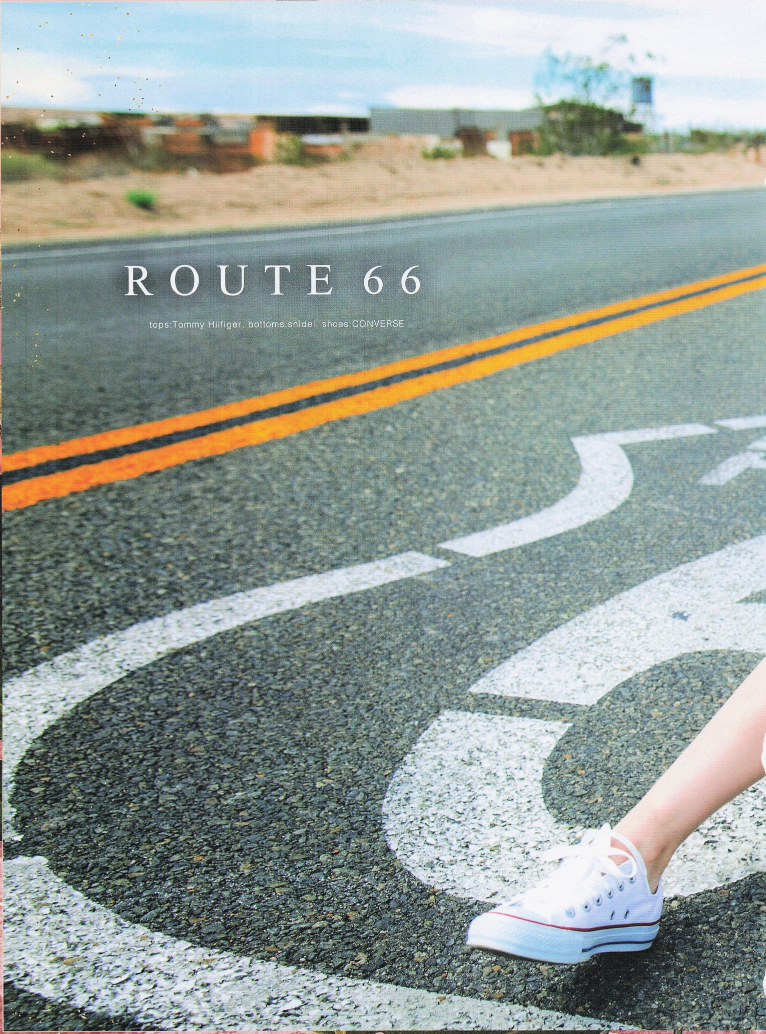
キャバクラ情報サイト「LuLINE」のキャストアクセスランキングをご紹介!

2018 SUMMER CAST RAN


TOMMY

ROUTE 66

tops:Tommy Hilfiger, bottoms:snidel, shoes:CONVERSE





BEVERLY HILLS

dress:Sea Room Lynn, shoes:Lily Brown, necklace:YEVS supply, bangle:YEVS supply, earring:Holly Ryan










IN THE
SUN



swimwear:PEAK＆PINE, bottoms:snidel, shoes:CONVERSE



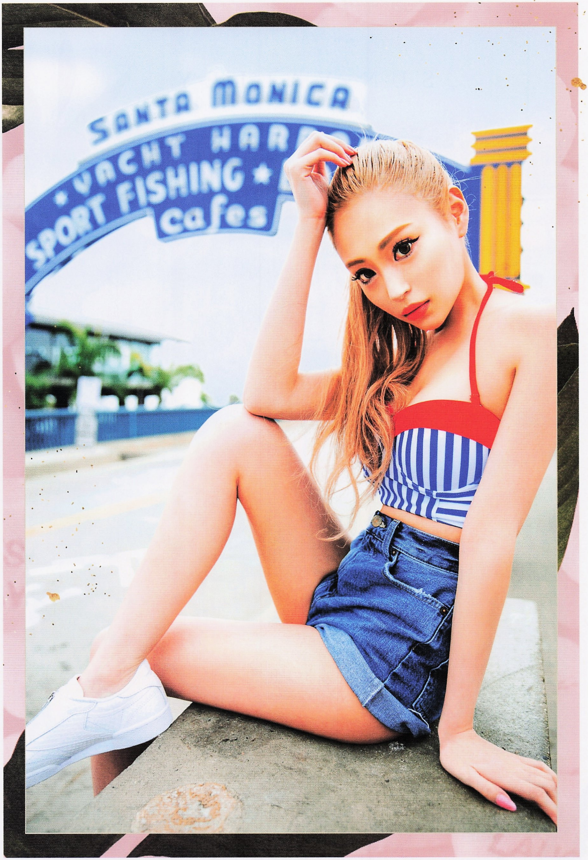


tops:FENDI, bottoms:X-girl, shoes:Reebok

V E N I C E







SANTA MONICA

tops:Miranda, bottoms:snidel, shoes:Reebok

SUN VALLEY



tops:forever21, bottoms:Lily Brown




MOTEL
AIR CONDITIONED
BY REFRIGERATION
TV
CAFE



LOS ANGELES × KIYOMI

The scene was shot on location in LA.

Model.KIYOMI Shop.azian club/shinjuku

きよみが着こなす“LA Style”

女の子のかわいいやオシャレが詰まった魅力ある場所
憧れの西海岸、ロサンゼルスにTRIP。

キラキラ輝く太陽、カラフルとハッピーが溢れる街で
様々なトレンドファッションを着尽くし。
いつもと違うきよみに出会えるLA!
look at it♡

dress:lilLilly, shoes:snidel

photos:toyo / styling:YOTA / hair&make-up:Jun Hieda
photo retouch & design:Komine



ギガモテSummer
030
夏･･･出会いたい、恋したい、可愛く見られたい。リアルに男性がドキッとする4パターンを紹介♡動画もCHECKできちゃう♪



SUMMER TREND MAKE
039
女の子の魅力はメイクで最大に引き出せる♡
中からじゅわっと溢れるようなツヤ生メイクを紹介！



it Girl / MARIN
046
今気になる女の子、六本木 VENETIAN TOKYO在籍のまりんを独占取材！まりんの魅力に迫る♡



inLOVE Summer Nail
052
夏到来!! 爪から可愛くHAPPYにしていこう♡
inLOVEがおススメするネイル特集！



PICKUP GIRL
058
夏生まれの女の子をピックアップ♡
お気に入りのキャストが載っているかも!?

CONTENTS

LuLINE STYLEBOOK vol.6



LOS ANGELES × KIYOMI

004

真っ青な空と太陽が明るく輝く、大都市ロサンゼルス。
カラフルとハッピーが溢れる街で
いつもと違うきよみに出会いました！

CAST RANKING TOP10

018

2018年夏のLuLINEキャストアクセスランキングの
TOP10をinLOVE vol.6で大発表!!

SWIM WEAR

023

人気キャストがオシャレにCUTEにPOPに
最新水着を着こなす♡あなたが好きな水着はどれ??





in LOVE LuLINE...

ー貴方の心を奪うー

Concept

ReNight

ReNight【リナイト】
抵抗感をもたれやすいナイト業界で
「安心して」「安全に」働ける、遊べる人が増えるよう
イメージを変えていく。
ナイト業界と女の子の興味を引く「Fashion」を掛け
合わせた様々なコンテンツを配信。
従来のキャバクラポータルサイトとは全く違う視点で
お楽しみ頂けます。



in LOVE

LuLINE STYLE BOOK



VOL 06

Love is action. It isn't just talk, and it never was. We are born with the ability to love.

お姉さんアゲハ 9月号

もう若くないと悩んでいる人に読んでほしい!!
25歳以上のためのビューティ雑誌です♥

2018年8月7日発売　第4巻第5号通巻26号

発行人●谷 光正
編集人●後藤文江

発行／medias㈱　〒156-0042 東京都世田谷区羽根木1-21-1
☎03-6265-8583（編集）☎03-6265-8581（広告）
発売／㈱主婦の友社　〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9
☎03-5280-7551（販売）

定価750円 本体694円
雑誌 02101-09

★次号発売は2018年10月6日です。
印刷／共同印刷株式会社

4910021010987
00694

62円切手を
貼ってください

POST CARD

156-0042

東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
メディアス株式会社

お姉さんアゲハ 2018年 9月号 行き

希望プレゼント番号 1（　　　）
希望プレゼント番号 2（　　　）
希望プレゼント番号 3（　　　）

フリガナ

お名前

ご住所 〒

TEL

電話取材 OK NG

MAIL

LINE ID

年齢 歳

未婚 既婚

ご職業（業種を詳しく教えてください）

あなたの家族構成は?

1. 親と同居 2. 一人暮らし 3. 夫と同居 4. 夫・子供と同居 5. 彼氏と同居 6. その他（　　　）

この雑誌の購入頻度を教えて下さい。

1. 毎号 2. 内容によって時々 3. 発売日を忘れるので時々 4. 見かけたら 5. 初めて 6. 定期購読

表紙で気になった企画とその理由を教えて下さい。（複数回答可）

今回、この雑誌を購入いただいた理由を教えてください。
（例: 表紙のモデルがかわいかったから／昔好きだったモデルが出ているから／〇〇の企画が気になったなど）

ご記入いただいた個人情報は外部に提供することはございません。

Q1 本号で良かった企画とその理由を3つ教えてください

企画名	企画名	企画名
理由	理由	理由

Q2 本号に出ているモデルであなたが好きな人を3人あげてください

さん	さん	さん
理由	理由	理由

Q3 本号で好きな写真とその理由を教えてください

P.

Q4 本号で良くなかった企画とその理由を教えてください

企画名	理由

Q5 好きな雑誌、よく読む雑誌をすべて教えてください

Q6 好きな有名人（タレント・モデル・ブロガーetc）を教えてください（何人でも可）

Q7 あなたが1カ月で自分の好きなことに自由に使えるお金
（洋服代、コスメ代、エステ代などすべて合わせて）はいくらまでですか？　（　　　　　　）円

Q8 最近買って、「買ってよかった！」と思った物はなんですか？（洋服、コスメ、電化製品、車など何でも）

Q9 アンチエイジング対策として普段使用しているあなたのお気に入りアイテム（器具・コスメetc）を教えてください。（複数回答可）

Q10 好きなファッションブランドは何ですか？（複数回答可）

Q11 クリニック施術で受けたことがあるものは？ また興味があるものは？

最後に、ご意見、ご要望、ご感想などをお聞かせください。
悩みがある方は、悩みも思う存分書いてみてください❤

この度は、この雑誌をご購入いただきまして本当にありがとうございました❤